

2025年 6月 離乳食献立表（後期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日		2 16 30	3 17	4 18	5 19	6 20	7 21	9 23	10 24	11 25	12 26	13 27	14 28
午前 	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	焼きうどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	味噌煮込みうどん
	副食	ミートボールの煮物 粉ふき芋 味噌汁	白身魚の味噌煮 人参のスティック煮 味噌汁	つくねの煮物 トマト 味噌汁	豆腐のミルク煮 ブロッコリー すまし汁	キャベツの煮物 チーズ スープ	つくねの煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁	ミートボールの煮物 キャベツの煮物 味噌汁	白身魚の煮物 ブロッコリー 味噌汁	ミートボールのケチャップ煮 胡瓜のスティック煮 スープ	つくねの煮物 トマト 味噌汁	ソフトオムレツ 胡瓜のスティック煮 味噌汁	粉ふき芋 人参のスティック煮
	材料	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	米 白身魚 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	米 豆腐 玉葱 バター ミルク 塩 片栗粉	乾めん 豚ひき肉 玉葱 なたね油 醤油 塩 キャベツ 醤油 チーズ 人参 スープ 塩	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 かつおだし 片栗粉	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 ケチャップ 砂糖 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	米 鶏卵 玉葱 ミルク 塩 なたね油	乾めん 豚ひき肉 玉葱 大豆味噌 砂糖 かつおだし じゃが芋
		じゃが芋	人参 醤油 砂糖	トマト	ブロッコリー	キャベツ 醤油	じゃが芋 醤油 砂糖	キャベツ 醤油	じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	胡瓜	トマト	胡瓜	人参 醤油 砂糖
		わかめ 大豆味噌 かつおだし	キャベツ 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	人参 葱 塩 醤油 かつおだし	チーズ 人参 スープ 塩	玉葱 大豆味噌 かつおだし	葱 大豆味噌 かつおだし		キャベツ スープ 塩	なす 大豆味噌 かつおだし	白菜 大豆味噌 かつおだし	
	主食	おかゆ	煮込みうどん	おかゆ	パン	おかゆ	煮込みうどん	煮込みうどん	おかゆ	煮込みうどん	パン	おかゆ	おかゆ
	副食	人参とツナの煮物 南瓜のマッシュ すまし汁	胡瓜としらすの煮物 青菜の煮物	白身魚の煮物 キャベツの煮物 スープ	つくねの煮物 南瓜の煮物 スープ	玉葱とツナの煮物 大根の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 キャベツの煮物	豆腐の煮物 南瓜の煮物	つくねの煮物 青菜の煮物 すまし汁	鶏レバーの煮つぶし いんげんの煮物	白身魚の煮物 人参のスティック煮 スープ	高野豆腐の煮物 粉ふき芋 すまし汁	キャベツとツナの煮物 いんげんの煮物 味噌汁
	材料	米 人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	乾めん 玉葱 人参 かつおだし 醤油 砂糖	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	食パン バター 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	米 玉葱 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	乾めん 人参 青菜 醤油 砂糖 かつおだし 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	乾めん 玉葱 人参 醤油 砂糖 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	乾めん 青菜 人参 醤油 砂糖 かつおだし 鶏レバー 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	食パン バター 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	米 高野豆腐 人参 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	米 キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉
	給与目標量												
	エネルギー304Kcal	343	245	280	376	321	283	304	284	284	296	305	286
	タンパク質12.8g	12.3	9.9	16.8	24.0	11.6	12.8	11.3	12.8	12.9	13.2	10.4	9.5

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。



* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* □で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

* スープは野菜の煮汁を使用しています。