

2025年 6月 離乳食献立表（中期）

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	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	味噌やわらか煮うどん
	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 人参の煮物 味噌汁	つくねの煮物 刻みトマト 味噌汁	豆腐のミルク煮 刻みブロッコリー すまし汁	キャベツの煮物 人参の煮物	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 刻みブロッコリー 味噌汁	ミートボールのケチャップ煮 胡瓜の煮物 スープ	つくねの煮物 刻みトマト 味噌汁	卵黄の粗ほぐし 胡瓜の煮物 味噌汁	粉ふき芋 人参の煮物
	材料	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし	米	米	米	米	米	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 大豆味噌 砂糖 かつおだし
		豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 わかめ 大豆味噌 かつおだし	白身魚 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 キャベツ 大豆味噌 かつおだし	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし トマト じゃが芋 大豆味噌 かつおだし	豆腐 玉葱 塩 バター ミルク 片栗粉 ブロッコリー かつおだし 片栗粉 人参 葱 醤油 塩 かつおだし	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油 人参 醤油 砂糖 かつおだし	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油 葱 大豆味噌 かつおだし	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 ブロッコリー かつおだし 片栗粉 じゃが芋 醤油 砂糖 かつおだし	豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし ケチャップ 砂糖 かつおだし 胡瓜 キャベツ スープ 塩	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし トマト なす 大豆味噌 かつおだし	卵黄 玉葱 かつおだし 胡瓜 白菜 大豆味噌 かつおだし	人参 醤油 砂糖	
午後	主食	おかゆ	やわらか煮うどん	おかゆ	パンがゆ	おかゆ	やわらか煮うどん	やわらか煮うどん	おかゆ	やわらか煮うどん	パンがゆ	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 人参の煮物 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	乾めん 玉葱	米	食パン ミルク	米	乾めん 人参	乾めん 玉葱	米	乾めん 青菜	食パン ミルク	米	米
		人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 南瓜 バター 玉葱 塩 醤油 かつおだし	かつおだし 醤油 砂糖 砂糖 胡瓜 しらす 醤油 青菜 醤油	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 キャベツ 醤油 大根 スープ 塩	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 南瓜 醤油 砂糖 玉葱 スープ 塩	玉葱 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 大根 醤油 砂糖 青菜 大豆味噌 かつおだし	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 豆腐 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 南瓜 醤油 砂糖 かつおだし	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 青菜 醤油 人参 塩 醤油 かつおだし	鶏レバー 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 さやいんげん 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 青菜 スープ 塩	高野豆腐 人参 醤油 砂糖 砂糖 かつおだし 片栗粉 じゃが芋 青菜 塩 醤油 かつおだし	キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 さやいんげん 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 玉葱 大豆味噌 かつおだし	

* 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。