

# 4月 献立表 幼児食

2026年 4月

ここわ認定こども園

| 日付      | 献立名   |                           | 食材名                               |  |  |  | 栄養価   |
|---------|---|---------------------------|-----------------------------------|--|--|--|---|
|         | 昼食  | おやつ                       | 血や肉や骨になるもの                        | 体の調子を整えるもの   | エネルギーになるもの                             | その他  |   |
| 1<br>水  | チキンカレーライス<br>和風サラダ<br>すまし汁（豆腐・わかめ）                          | ◎スキムミルク<br>◎ココア蒸しパン       | 鶏もも肉、木綿豆腐、スキムミルク、豆乳、大豆粉           | たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン缶、カットわかめ                                | うるち米、じゃがいも、炒め油、すりごま、てんさい含蜜糖、調合油、米粉     | 水、カレールウ、こいくちしょうゆ、米酢、かつおだし、食塩、ベーキングパウダー、ピュアココア  | エネルギー 549kcal<br>たんぱく質 24.9g<br>脂質 17.8g<br>炭水化物 77.4g<br>塩分 1.6g |
| 2<br>木  | ごはん<br>魚のねぎ味噌マヨ焼き<br>小松菜とじゃがいもの炒め物<br>すまし汁（だいこん・しめじ・豚肉）     | ◎スキムミルク<br>◎フライドさつまいも     | 赤魚、除去マヨネーズ、豚かたロース、スキムミルク          | 長ねぎ、こまつな、にんじん、コーン缶、だいこん、ぶなしめじ                                  | うるち米、じゃがいも、炒め油、さつまいも、揚げ油               | 水、米みそ、食塩、こいくちしょうゆ、かつおだし                        | エネルギー 568kcal<br>たんぱく質 24.3g<br>脂質 19.4g<br>炭水化物 78.7g<br>塩分 1.5g |
| 3<br>金  | 肉うどん<br>もやしときゅうりのごまマヨサラダ<br>オレンジ                            | ◎スキムミルク<br>◎ツナごぼうおにぎり     | 豚かたロース、除去マヨネーズ、スキムミルク、ツナ缶         | たまねぎ、だいこん、にんじん、長ねぎ、ほうれんそう、りよくとうもやし、きゅうり、コーン缶、バレンシアオレンジ、ごぼう、葉ねぎ | 米粉めん、炒め油、すりごま、うるち米                     | かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、食塩、水                       | エネルギー 540kcal<br>たんぱく質 22.6g<br>脂質 13.7g<br>炭水化物 83.9g<br>塩分 1.5g |
| 4<br>土  | マーボー丼<br>スープ（こまつな・ねぎ・わかめ）<br>バナナ                            | ◎ゆかりおにぎり                  | 豚ももミンチ、木綿豆腐                       | たまねぎ、にんじん、こまつな、葉ねぎ、カットわかめ、バナナ                                  | うるち米、ごま油、てんさい含蜜糖、かたくり粉                 | 水、かつおだし、こいくちしょうゆ、米みそ、食塩、ゆかり                    | エネルギー 504kcal<br>たんぱく質 16.9g<br>脂質 8.1g<br>炭水化物 93.1g<br>塩分 0.7g  |
| 6<br>月  | ごはん<br>春キャベツの回鍋肉<br>春雨サラダ<br>スープ（チンゲン菜・コーン）                 | ◎スキムミルク<br>◎米粉ホットケーキ      | 豚かたロース、スキムミルク、大豆粉、豆乳              | キャベツ、青ピーマン、にんじん、長ねぎ、にんにく、しょうが、さくらげ、きゅうり、チンゲンサイ、コーン缶            | うるち米、炒め油、てんさい含蜜糖、はるさめ、ごま油、米粉、調合油       | 水、米みそ、こいくちしょうゆ、米酢、かつおだし、食塩、ベーキングパウダー           | エネルギー 572kcal<br>たんぱく質 24.7g<br>脂質 17.9g<br>炭水化物 82.1g<br>塩分 1.6g |
| 7<br>火  | ドライカレー<br>キャベツときゅうりの和え物<br>すまし汁（わかめ・豆腐）<br>オレンジ(45g)        | ◎スキムミルク<br>◎みそおにぎり        | 豚ひき肉、しらす干し、絹ごし豆腐、スキムミルク、ツナ缶       | たまねぎ、にんじん、青ピーマン、コーン缶、にんにく、しょうが、干しぶどう、きゅうり、キャベツ、カットわかめ、味付けのり    | うるち米、炒め油、てんさい含蜜糖、ごま、ごま油                | 水、カレールウ、こいくちしょうゆ、かつおだし、食塩、米みそ、本みりん             | エネルギー 632kcal<br>たんぱく質 27.0g<br>脂質 15.9g<br>炭水化物 99.7g<br>塩分 1.9g |
| 8<br>水  | ごはん<br>サバのごまだれ焼き<br>小松菜の煮びたし<br>味噌汁（豆腐・わかめ・えのき）             | ◎スキムミルク<br>◎あずき蒸しパン       | さば、油揚げ、木綿豆腐、スキムミルク、ゆで小豆缶、豆乳、大豆粉   | こまつな、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、葉ねぎ                                     | うるち米、てんさい含蜜糖、すりごま、調合油、米粉               | 水、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、米みそ、ベーキングパウダー            | エネルギー 518kcal<br>たんぱく質 28.6g<br>脂質 15.1g<br>炭水化物 72.4g<br>塩分 1.4g |
| 9<br>木  | 鶏野菜煮込みうどん<br>さつまいもの甘煮<br>バナナ                                | ◎スキムミルク<br>◎ひじきの混ぜおにぎり    | 鶏もも肉、スキムミルク、豚ひき肉                  | だいこん、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、バナナ、干しひじき、干しいたけ                          | 米粉めん、さつまいも、てんさい含蜜糖、うるち米、炒め油            | かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、水、戻し汁                      | エネルギー 581kcal<br>たんぱく質 22.1g<br>脂質 9.4g<br>炭水化物 106.4g<br>塩分 1.3g |
| 10<br>金 | ごはん<br>魚の竜田揚げ<br>豆腐とキャベツの中華炒め<br>すまし汁（ほうれん草・にんじん・長ねぎ）       | ◎スキムミルク<br>◎きな粉とレーズンのクッキー | ホキ、木綿豆腐、スキムミルク、大豆粉、豆乳             | しょうが、キャベツ、にんじん、ぶなしめじ、ほうれんそう、葉ねぎ、レーズン                           | うるち米、かたくり粉、揚げ油、ごま油、米粉、てんさい含蜜糖、調合油、いりごま | 水、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、食塩、ベーキングパウダー             | エネルギー 558kcal<br>たんぱく質 26.7g<br>脂質 17.0g<br>炭水化物 78.1g<br>塩分 1.4g |
| 11<br>土 | 鶏肉の照り焼丼<br>すまし汁（豆腐・こまつな）<br>オレンジ                            | ◎わかめおにぎり                  | 鶏もも肉、絹ごし豆腐                        | 長ねぎ、青ピーマン、にんじん、こまつな、えのきたけ、バレンシアオレンジ、カットわかめ                     | うるち米、てんさい含蜜糖、いりごま                      | 水、こいくちしょうゆ、かつおだし、食塩                            | エネルギー 429kcal<br>たんぱく質 14.3g<br>脂質 6.5g<br>炭水化物 80.3g<br>塩分 1.4g  |
| 13<br>月 | 豚肉の生姜焼き<br>アスパラ入りポテトサラダ<br>スープ（こまつな・しめじ）<br>オレンジ            | ◎スキムミルク<br>◎きな粉蒸しパン       | 豚かたロース、除去マヨネーズ、木綿豆腐、スキムミルク、大豆粉、豆乳 | たまねぎ、にんじん、しょうがおろし汁、アスパラガス、こまつな、ぶなしめじ、バレンシアオレンジ                 | 炒め油、じゃがいも、てんさい含蜜糖、ごま油、米粉、調合油           | こいくちしょうゆ、本みりん、米酢、食塩、かつおだし、水、ベーキングパウダー          | エネルギー 415kcal<br>たんぱく質 24.3g<br>脂質 18.3g<br>炭水化物 43.3g<br>塩分 1.4g |
| 14<br>火 | ごはん<br>魚のケチャップあん<br>大根サラダ（ドレッシング）<br>スープ（こまつな・玉ねぎ・人参・えのきたけ） | ◎スキムミルク<br>◎おいもチーズケーキ     | ホキ、スキムミルク、大豆粉、豆乳、プロセスチーズ          | しょうが、だいこん、きゅうり、にんじん、コーン缶、こまつな、えのきたけ                            | うるち米、かたくり粉、揚げ油、てんさい含蜜糖、調合油、さつまいも、米粉    | 水、食塩、トマトケチャップ、本みりん、米酢、かつおだし、こいくちしょうゆ、ベーキングパウダー | エネルギー 566kcal<br>たんぱく質 24.4g<br>脂質 16.5g<br>炭水化物 83.2g<br>塩分 1.5g |
| 15<br>水 | 味噌ラーメン（米粉めん）<br>ほうれん草とにんじんのごま和え<br>バナナ                      | ◎スキムミルク<br>◎鮭ひじきおにぎり      | 豚かたロース、焼き竹輪、スキムミルク、さけ             | りよくとうもやし、にんじん、にんにく、葉ねぎ、コーン缶、カットわかめ、ほうれんそう、バナナ、干しひじき            | 米粉めん、てんさい含蜜糖、すりごま、うるち米、いりごま            | かつおだし、米みそ、こいくちしょうゆ、水                           | エネルギー 495kcal<br>たんぱく質 22.8g<br>脂質 8.1g<br>炭水化物 85.9g<br>塩分 1.3g  |

|    |   |                        |  |  |  |   |  |  |
|----|---|------------------------|--|--|--|---|--|--|
| 16 | お弁当会  | ◎スキムミルク<br>◎ほうれん草のどら焼き | スキムミルク、豆乳、大豆粉、ゆで小豆缶                      | ほうれんそう   | 米粉、調合油   | 水、ベーキングパウダー                                   | エネルギー 210kcal<br>たんぱく質 12.7g<br>脂質 6.6g<br>炭水化物 26.7g<br>塩分 0.5g   |  |
| 17 | 春野菜カレー<br>キャベツとツナのごまドレ和え<br>すまし汁（豆腐・わかめ）                          | ◎おかか昆布おにぎり<br>◎スキムミルク  | 鶏もも肉、ツナ缶、絹ごし豆腐、かつお節、スキムミルク               | たまねぎ、にんじん、かぶ、スナップえんどう、キャベツ、きゅうり、こまつな、塩昆布                         | うるち米、じゃがいも、炒め油、てんさい含蜜糖、ごま油、すりごま                  | 水、カレールウ、こいくちしょうゆ、米酢、かつおだし、食塩、本みりん             | エネルギー 607kcal<br>たんぱく質 25.4g<br>脂質 14.1g<br>炭水化物 98.5g<br>塩分 2.1g  |  |
| 18 | 三色丼（豚肉・にんじん・ほうれん草）<br>味噌汁（豆腐・えのき・ねぎ）<br>オレンジ(45g)                 | ◎わかめおにぎり               | 豚ひき肉、絹ごし豆腐                               | にんじん、ほうれんそう、えのきたけ、葉ねぎ、バレンシアオレンジ、カットわかめ                           | うるち米、炒め油、てんさい含蜜糖、いりごま                            | 水、食塩、こいくちしょうゆ、かつおだし、米みそ                       | エネルギー 468kcal<br>たんぱく質 16.2g<br>脂質 10.0g<br>炭水化物 81.9g<br>塩分 1.2g  |  |
| 20 | ごはん<br>春の肉じゃが<br>コールスローサラダ<br>すまし汁（小松菜・えのき）                       | ◎スキムミルク<br>◎みそそばおにぎり   | 豚かたローソ、除去マヨネーズ、スキムミルク、豚ひき肉               | たまねぎ、にんじん、スナップえんどう、きゅうり、キャベツ、コーン缶、レモン、こまつな、えのきたけ、しょうがおろし、味付けのり   | うるち米、じゃがいも、しらたき、炒め油、てんさい含蜜糖                      | 水、かつおだし、こいくちしょうゆ、料理酒、米酢、食塩、米みそ、本みりん           | エネルギー 625kcal<br>たんぱく質 25.3g<br>脂質 14.9g<br>炭水化物 101.3g<br>塩分 1.7g |  |
| 21 | ごはん<br>魚の唐揚げ甘酢あん<br>しらたきとごぼうのきんぴら風炒め<br>味噌汁（かぼちゃ・玉ねぎ・こまつな）        | ◎スキムミルク<br>◎セサミスコーン    | ホキ、豚かたローソ、スキムミルク、大豆粉、豆乳                  | しょうが、ごぼう、にんじん、こまつな、かぼちゃ、たまねぎ                                     | うるち米、かたくり粉、揚げ油、しらたき、ごま油、てんさい含蜜糖、すりごま、米粉、調合油、いりごま | 水、米酢、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、米みそ、ベーキングパウダー、食塩     | エネルギー 652kcal<br>たんぱく質 29.2g<br>脂質 22.7g<br>炭水化物 87.3g<br>塩分 1.5g  |  |
| 22 | 春野菜のクリームスパゲティ<br>ブロッコリーのひじきサラダ<br>スープ（豆腐・ほうれん草）<br>オレンジ           | ◎スキムミルク<br>◎鶏ごぼうおにぎり   | ツナ缶、豆乳、木綿豆腐、スキムミルク、鶏ひき肉                  | キャベツ、たまねぎ、にんじん、アスパラガス、ブロッコリー、コーン缶、干しひじき、ほうれんそう、バレンシアオレンジ、ごぼう、葉ねぎ | 米粉めん、米粉、調合油、てんさい含蜜糖、すりごま、うるち米、炒め油                | カレールウ、食塩、こしょう、こいくちしょうゆ、米酢、かつおだし、水、本みりん        | エネルギー 546kcal<br>たんぱく質 23.1g<br>脂質 13.1g<br>炭水化物 88.1g<br>塩分 1.5g  |  |
| 23 | ごはん<br>魚のチーズ焼き<br>チンゲン菜とえのきのお浸し<br>スープ（豆腐・鶏肉・にんじん）                | ◎スキムミルク<br>◎大学芋        | 赤魚、プロセスチーズ、除去マヨネーズ、かつお節、鶏もも肉、木綿豆腐、スキムミルク | たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ   | うるち米、さつまいも、揚げ油、てんさい含蜜糖、いりごま                      | 水、かつおだし、こいくちしょうゆ、食塩                           | エネルギー 562kcal<br>たんぱく質 26.5g<br>脂質 19.7g<br>炭水化物 73.4g<br>塩分 1.7g  |  |
| 24 | すき焼き丼<br>キャベツとツナの和え物<br>味噌汁(えのき・にんじん)<br>りんご                      | ◎スキムミルク<br>◎ココア蒸しパン    | 豚かたローソ、厚揚げ、ツナ缶、スキムミルク、豆乳、大豆粉             | 長ねぎ、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、コーン缶、えのきたけ、りんご                              | うるち米、しらたき、炒め油、てんさい含蜜糖、米粉、調合油                     | 水、こいくちしょうゆ、本みりん、米酢、かつおだし、米みそ、ベーキングパウダー、ピュアココア | エネルギー 618kcal<br>たんぱく質 28.9g<br>脂質 20.8g<br>炭水化物 84.1g<br>塩分 1.5g  |  |
| 25 | 豚丼<br>すまし汁（豆腐・チンゲン菜・えのき）<br>バナナ(45g)                              | ◎青菜おにぎり                | 豚かたローソ、絹ごし豆腐                             | たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、バナナ、こまつな                                  | うるち米、てんさい含蜜糖                                     | 水、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、食塩                      | エネルギー 486kcal<br>たんぱく質 15.6g<br>脂質 9.4g<br>炭水化物 86.7g<br>塩分 0.9g   |  |
| 27 | ごはん<br>新じゃがと鶏肉のオープン焼き<br>かぶのレモン風味サラダ<br>味噌汁（こまつな・えのき・油揚げ）<br>オレンジ | ◎スキムミルク<br>◎シリアルスナック   | 鶏もも肉、油揚げ、スキムミルク                          | かぶ、にんじん、レモン、こまつな、えのきたけ、バレンシアオレンジ、玄米フレーク                          | うるち米、じゃがいも、調合油、すりごま、てんさい含蜜糖、ココアフレーク、米ぬか油         | 水、食塩、こしょう、バセリ、かつおだし、米みそ、マシユマロ                 | エネルギー 563kcal<br>たんぱく質 23.2g<br>脂質 14.6g<br>炭水化物 87.9g<br>塩分 1.1g  |  |
| 28 | ごはん<br>魚のごま焼き<br>豚肉と野菜の炒め物<br>スープ（豆腐・えのきたけ・わかめ）                   | ◎スキムミルク<br>◎きな粉蒸しパン    | 赤魚、豚かたローソ、木綿豆腐、スキムミルク、豆乳、大豆粉             | たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、干しいたけ、カットわかめ、えのきたけ                           | うるち米、いりごま、炒め油、てんさい含蜜糖、米粉、調合油                     | 水、こいくちしょうゆ、本みりん、戻し汁、食塩、かつおだし、ベーキングパウダー        | エネルギー 535kcal<br>たんぱく質 30.2g<br>脂質 15.7g<br>炭水化物 72.0g<br>塩分 1.4g  |  |
| 29 | 水   | 昭和の日                   |  |  |  |   |  |  |
| 30 | 鶏野菜うどん（米粉めん）<br>じゃがいもといんげんのマヨネーズ和え<br>バナナ                         | ◎スキムミルク<br>◎コーンひじきおにぎり | 鶏もも肉、除去マヨネーズ、スキムミルク                      | 干しいたけ、たまねぎ、にんじん、こまつな、さやいんげん、バナナ、コーン缶、干しひじき                       | 米粉めん、じゃがいも、ごま油、すりごま、うるち米                         | 戻し汁、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、清酒、水                  | エネルギー 518kcal<br>たんぱく質 20.7g<br>脂質 9.7g<br>炭水化物 90.5g<br>塩分 1.4g   |  |

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつ合計です。  
※行事・材料等の都合により、献立を変更する事があります。

| 日付      | 献立名                               |       | 食材名        |                       |                  |     |
|---------|-----------------------------------|-------|------------|-----------------------|------------------|-----|
|         | 昼食                                | おやつ   | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの            | エネルギーになるもの       | その他 |
| 1<br>水  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、キャベツ        | うるち米、じゃがいも       | 水   |
| 2<br>木  | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、こまつな             | うるち米、かたくり粉、じゃがいも | 水   |
| 3<br>金  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう | うるち米             | 水   |
| 4<br>土  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、こまつな、たまねぎ        | うるち米             | 水   |
| 6<br>月  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、キャベツ、青ピーマン、たまねぎ  | うるち米             | 水   |
| 7<br>火  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、キャベツ、青ピーマン  | うるち米             | 水   |
| 8<br>水  | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 9<br>木  | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう | うるち米             | 水   |
| 10<br>金 | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 11<br>土 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、ほうれんそう      | うるち米             | 水   |
| 13<br>月 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、じゃがいも       | 水   |
| 14<br>火 | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、こまつな、だいこん        | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 15<br>水 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米             | 水   |
| 16<br>木 | お弁当会                              | ◎野菜がゆ |            | にんじん、こまつな、たまねぎ        | うるち米             | 水   |
| 17<br>金 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、じゃがいも       | 水   |
| 18<br>土 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米             | 水   |
| 20<br>月 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、キャベツ        | うるち米、じゃがいも       | 水   |
| 21<br>火 | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 22<br>水 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ | うるち米             | 水   |
| 23<br>木 | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 24<br>金 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ   | うるち米             | 水   |
| 25<br>土 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米             | 水   |
| 27<br>月 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、かぶ、こまつな          | うるち米、じゃがいも       | 水   |
| 28<br>火 | 軟飯<br>白身魚の煮つけ<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ | ◎野菜がゆ | キングクリップ    | にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ   | うるち米、かたくり粉       | 水   |
| 29<br>水 | 昭和の日                              |       |            |                       |                  |     |
| 30<br>木 | 軟飯<br>すり豆腐<br>野菜柔らかか煮<br>だしスープ    | ◎野菜がゆ | 絹ごし豆腐      | にんじん、たまねぎ、こまつな        | うるち米、じゃがいも       | 水   |

※離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせて進めていきます。

※行事・材料等の都合により献立を変更する事があります。