

令和8年



つばさこども園 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ			1	2	3	4
献立	夏野菜をいっぱい食べましょう！ 夏野菜に含まれる水分やカリウムは、汗で不足しがちな水分を補給し、熱のこもった身体を中からクールダウンさせてくれます。		せんべい ごはん サバの塩こうじ焼き（0.1歳白身魚） 糸こんにゃくの野菜炒め もずくのすまし汁 オレンジ	バナナ 豚丼 ポテトサラダ ゆし豆腐 パイン缶	ヨーグルト 【お弁当会】 	中華丼 みそ汁 果物
おやつ			麦茶、わかおにぎり	牛乳、りんごケーキ	牛乳、塩ちんすこう	牛乳、せんべい
朝おやつ	6	7	8	9	10	11
献立	煮干し（0.1歳せんべい） ひき肉カレー ゴボウサラダ オニオンスープ オレンジ	バナナ 【七夕まつり】 焼きそば/唐揚げ ブロッコリーサラダ アーサ汁/パイン缶 ゆでとうもろこし1/2（3.4.5歳）	せんべい ごはん 豚のしょうが炒め かぼちゃサラダ わかめのすまし汁 バナナ	バナナ ごはん チキンてり焼き クーブイリチー なすのみそ汁 黄桃缶	ヨーグルト もちぎびご飯 鮭のみそ焼き からし菜炒め ビーフン入りスープ みかん缶	スタミナ丼 大根のみそ汁 果物
おやつ	牛乳、さつま芋蒸しケーキ		麦茶、七タゼリー、せんべい	牛乳、揚げパン	麦茶、菜飯おにぎり	牛乳、黒棒、バナナ1/4
朝おやつ	13	14	15	16	17	18
献立	煮干し（0.1歳せんべい） タコライス ブロッコリーのおかか和え もずくのすまし汁 パイン缶	バナナ もちぎびご飯 さばの加え焼き（0～1歳白身魚） ひじきの旨煮 豆乳みそ汁 りんご	せんべい 三色ごはん丼 れんこんサラダ 大根のみそ汁 黄桃缶	バナナ もちぎびご飯 チキンと根菜のトマト煮 菜の花のごま和え コーンスープ みかん缶	ヨーグルト 沖縄そば ほうれん草の白和え バナナ	豚丼 ゆし豆腐汁 果物
おやつ	牛乳、マカロニきな粉		牛乳、ジャムサンド	牛乳、マシュマロサンド （1.2歳はビスケットとバナナ）	牛乳、大学芋（1蒸大学芋）	麦茶、鮭のおにぎり
朝おやつ	20	21	22	23	24	25
献立	【海の日（休園）】 	煮干し（0.1歳せんべい） ハヤシライス コールスローサラダ オニオンスープ みかん缶	せんべい もちぎびご飯 チキンのコーンフレーク焼き 菜の花ソテー 豆乳みそ汁 オレンジ	バナナ ごはん マーボー豆腐 胡瓜の磯和え 春雨のスープ パイン缶	ヨーグルト ごはん（ふりかけ） 手作り豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ アーサ汁 メロンゼリー	【大掃除の日】
おやつ	麦茶、肉まん		牛乳、スイートポテト	牛乳、ロングブレッド	【お誕生会】、牛乳、 誕生日ケーキ	
朝おやつ	27	28	29	30	31	
献立	煮干し（0.1歳せんべい） 鶏そぼろ丼 ひじきのツナ和え ヘチマのみそ汁 黄桃缶	バナナ もちぎびご飯 チキンピザ風焼き ほうれん草のソテー わかめスープ みかん缶	せんべい もちぎびご飯 鮭の塩こうじ焼き 糸こんにゃくの野菜炒め とうがのみそ汁 りんご	バナナ もちぎびご飯 チキンのみそ焼き 切り干しイリチー ゆし豆腐 パイン缶	ヨーグルト ごはん 肉じゃが 納豆 こまつなのみそ汁 オレンジ	
おやつ	ミニバウムクーヘン		牛乳、シスコーン	麦茶、ジュシーおにぎり	牛乳、黒糖アララチー	牛乳、ココアトースト

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

7月

離乳食献立表

つばさこども園

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7, 8か月)		後期(9, 10, 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ) 主な食材	献立	バナナ位(荒みじん) 主な食材
1日 (水) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 魚のほぐし煮	米(全がゆ) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉葱,キャベツ,かつおだし,片栗粉	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉葱,キャベツ,かつおだし,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
2日 (木) 午前	全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮	米(全がゆ) ゆし豆腐,かつおだし ささ身ミンチ,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし,片栗粉	軟飯～全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) ゆし豆腐,かつおだし ささ身ミンチ,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし,片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
3日 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,ブロッコリー	軟飯～全がゆ /だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,ブロッコリー じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
4日 (土) 午前	中華丼(煮込んだ具材を上のにのせる) 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ),ささ身ミンチ,片栗粉,人参,玉葱,白菜,かつおだし 絹ごし豆腐,かつおだし かつおだし	中華丼(煮込んだ具材を上のにのせる) 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),ささ身ミンチ,片栗粉,人参,玉葱,白菜,かつおだし 絹ごし豆腐,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
6日 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,人参,玉葱,ほうれん草 菜,かつおだし	軟飯～全がゆ /だし汁 ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,人参,玉葱,ほうれん草 菜,かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク きな粉芋(きな粉すくなめ)	保育ミルク さつまいも,きな粉(大豆)
7日 (火) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
8日 (水) 午前	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,かぼちゃ,キャベツ,かつおだし じゃが芋	軟飯～全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,かぼちゃ,キャベツ,かつおだし じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),人参,キャベツ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(全がゆ),人参,キャベツ
9日 (木) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,かつおだし ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,かつおだし ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
10日 (金) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,玉葱,じゃが芋,かつおだし,片栗粉 ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,玉葱,じゃが芋,かつおだし,片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
11日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ),人参,大根,キャベツ,かつおだし 絹ごし豆腐,かつおだし かつおだし	軟飯野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,大根,キャベツ,かつおだし 絹ごし豆腐,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
13日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,キャベツ,かつおだし ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,キャベツ,かつおだし ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク きな粉芋(きな粉すくなめ)	保育ミルク さつまいも,きな粉(大豆)
14日 (火) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,じゃが芋,かつおだし,片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,じゃが芋,かつおだし,片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),人参,キャベツ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),人参,キャベツ
15日 (水) 午前	全がゆ だし汁 ささみの野菜煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,片栗粉,人参,玉葱,チンゲン菜 大根	軟飯～全がゆ だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,片栗粉,人参,玉葱,チンゲン菜 大根
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ

7月

離乳食献立表

つばさこども園

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ)	献立	バナナ位(荒みじん)
16日 (木)	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮 午後 保育用ミルク 芋おじや	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし じゃが芋 保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし じゃが芋 保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
17日 (金)	全がゆ だし汁 白身魚の野菜あんかけ 野菜つぶし煮 午後 保育用ミルク 野菜おじや	米(全がゆ) かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし、片栗粉 ブロッコリー 保育ミルク 米(全がゆ)、人参、ほうれん草	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚の野菜あんかけ 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし、片栗粉 ブロッコリー 保育ミルク 米(軟飯)、人参、ほうれん草
18日 (土)	鶏そぼろ丼(煮込んだ具材を上のにせる) ゆし豆腐汁 午前 午後 保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	米(全がゆ)、ささ身ミンチ、片栗粉、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし、片栗粉 ゆし豆腐、かつおだし 保育ミルク 赤ちゃんせんべい	鶏そぼろ丼(煮込んだ具材を上のにせる) ゆし豆腐汁 保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	米(軟飯)、ささ身ミンチ、片栗粉、人参、玉葱、ほうれん草、かつおだし、片栗粉 ゆし豆腐、かつおだし 保育ミルク 赤ちゃんせんべい
20日 (月)	海の日(休園)			
21日 (火)	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 午後 保育用ミルク 南瓜おじや	米(全がゆ) かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、じゃが芋、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	軟飯～全がゆ / だし汁 魚の野菜煮 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) / かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、じゃが芋、かつおだし、片栗粉 人参 保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
22日 (水)	全がゆ だし汁 ささみの野菜煮 午後 保育用ミルク 芋がゆ	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ、人参、キャベツ、じゃが芋、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	軟飯～全がゆ / だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) / かつおだし ささ身ミンチ、人参、キャベツ、じゃが芋、かつおだし、片栗粉 じゃが芋 保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
23日 (木)	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 午後 保育用ミルク 野菜おじや	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、小松菜、かつおだし 保育ミルク 米(全がゆ)、人参、小松菜	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、小松菜、かつおだし 人参 保育ミルク 米(軟飯)、人参、小松菜
24日 (金)	全がゆ 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮 午後 保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	米(全がゆ) 絹ごし豆腐、かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) 絹ごし豆腐、かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 人参 保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
25日 (土)	【大掃除の日】			
27日 (月)	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 午後 保育用ミルク 南瓜おじや	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草、かつおだし 保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草、かつおだし 人参 保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
28日 (火)	全がゆ だし汁 丼と野菜の煮込み 午後 保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	軟飯～全がゆ だし汁 丼と野菜の煮込み 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし ささ身ミンチ、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
29日 (水)	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 午後 保育用ミルク 野菜おじや	米(全がゆ) かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、かぼちゃ、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、人参、キャベツ	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、かぼちゃ、かつおだし、片栗粉 ブロッコリー 保育ミルク 米(軟飯)、人参、キャベツ
30日 (木)	全がゆ ゆし豆腐(薄味) 丼と野菜の煮込み 午後 保育用ミルク 南瓜おじや	米(全がゆ) ゆし豆腐、かつおだし、こいくち醤油 ささ身ミンチ、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	軟飯～全がゆ ゆし豆腐(薄味) 丼と野菜の煮込み 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) ゆし豆腐、かつおだし、こいくち醤油 ささ身ミンチ、人参、玉葱、ブロッコリー、かつおだし、片栗粉 人参 保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
31日 (金)	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 午後 保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	米(全がゆ) かつおだし 白身魚、人参、じゃが芋、小松菜、かつおだし、片栗粉 保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜 保育用ミルク 軟飯おにぎり	米(軟飯) かつおだし 白身魚、人参、じゃが芋、小松菜、かつおだし、片栗粉 じゃが芋 保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも