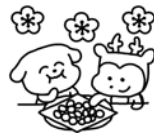




2026年3月



3月献立表



宜野湾市 保育こども園課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
2月	ごはん 魚の甘辛煮 春雨チャンプルー 青菜みそ汁 オレンジ	保育乳 きな粉スコーン	○保育乳、白身魚、豚肉、みそ、○卵、○プレーンヨーグルト	米、揚げ油、片栗粉、はるさめ、砂糖、油、○強力粉、○無塩バター、○きな粉	オレンジ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン	しょうゆ、みりん、食塩
3火	ちらし寿司 鶏肉のマーメイド焼き ごま和え すまし汁 いちご	カルピス ひなまつりおやつ	○保育乳、鶏もも肉、鮭フレーク、でんぶ、○牛乳	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○油、○砂糖、すりごま、焼ふ	いちご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、いんげん、○いちごジャム、マーメイド、ねぎ、○トマトジュース、かんぴょう(乾)、干しいたけ、焼きのり、カットわかめ	しょうゆ、酢、みりん、食塩
4水	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ キャベツスープ りんご	保育乳 オートミールクッキー	○保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、○卵、みそ、○牛乳	米、はるさめ、油、三温糖、ごま油、砂糖、片栗粉、○小麦粉、○無塩バター、○粉黒糖、○オートミール、○黒ごま	りんご、キャベツ、にんじん、えのきたけ、きゅうり、たけのこ(ゆで)、長ねぎ、たまねぎ、黒きくらげ、干しいたけ、にんにく	しょうゆ、みりん、酢、食塩
5木	麦ごはん 納豆みそ クレープイリチー 青菜スープ バナナ	保育乳 黒糖ポーポー	○保育乳、三枚肉、みそ、ツナ油漬缶、○調整豆乳	米、じゃがいも、油、こんにやく、マヨネーズ、○小麦粉、○粉黒糖	バナナ、こまつな、にんじん、しめじ、にんにく、刻み昆布、切り干し大根	ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、食塩
6金	ピビンバ 和風スパゲティサラダ すまし汁 オレンジ	保育乳 ココアケーキ	○保育乳、豚肉、ツナ油漬缶、みそ、○牛乳	米、サラダ用スパゲティ、油、白ごま、砂糖、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ベーキングパウダー、○ココアパウダー	オレンジ、にんじん、こまつな、もやし、コーン缶、きゅうり、にんにく、しょうが、カットわかめ、ねぎ	和風ドレッシング、みりん、しょうゆ
7土	ドライカレー ウインナー すまし汁 パインアップル	保育乳 ビスケット	○保育乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、ウインナー	米、○ビスケット	パイン缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、ねぎ、わかめ	カレー粉、ケチャップ、ウスターソース
9月	ごはん 肉じゃが ナムル 豆腐スープ オレンジ	保育乳 きな粉ちんすこう	○保育乳、豚肉、絹ごし豆腐	米、じゃがいも、○小麦粉、○油、○三温糖、○きな粉	オレンジ、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、カットわかめ、切り干し大根、こまつな、ひじき	しょうゆ、和風ドレッシング
10火	あわごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 じゃが芋スープ バナナ	保育乳 大学いも	○保育乳、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、みそ	米、じゃがいも、あわ、三温糖、砂糖、片栗粉、白ごま、○さつまいも、○揚げ油、○砂糖、○黒ゴマ	たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、黒きくらげ	みりん、○ウスターソース、しょうゆ、酢、○コンソメ、食塩
11水	☆ お弁当会 ☆	保育乳 ココア蒸しケーキ	○保育乳、○牛乳	○小麦粉、○ホットケーキ粉、○油、○砂糖、○ココアパウダー		
12木	ごはん 鮭の塩焼き もずくチャンプルー 青菜すまし汁 りんご	保育乳 ジャムサンド	○保育乳、さけ、三枚肉、油揚げ	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油	りんご、にんじん、こまつな、えのきたけ、もずく、ピーマン、たまねぎ、キャベツ	しょうゆ、ケチャップ、みりん、食塩
13金	沖縄そば ごま和え オレンジ	保育乳 みそおにぎり	○保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	オレンジ、もやし、にんじん、こまつな、ねぎ	みりん、しょうゆ、酢、食塩、○みりん
14土	発表会・卒園式					
16月	麦ごはん 豆腐の中華煮 のり納豆 大根みそ汁 りんご	保育乳 スイートポテト	○保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、○卵	米、押麦、砂糖、油、片栗粉、○さつまいも、○生クリーム、○三温糖、○無塩バター	りんご、だいこん、にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが、のり佃煮	みりん、しょうゆ、食塩
17火	たきこみごはん 鶏のみそ焼き ツナ和え じゃが芋スープ バナナ	保育乳 ストーンクッキー	○保育乳、鶏もも肉、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、○卵、○牛乳	米、じゃがいも、砂糖、白ごま、ごま油、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○コーンフレーク	バナナ、にんじん、こまつな、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、○レーズン	しょうゆ、みりん、食塩
18水	キャロットライス グラタン ブロッコリーサラダ 星のスープ オレンジ	保育乳 誕生会ケーキ	○保育乳、調整豆乳、鶏もも肉、沖縄豆腐、ツナ油漬缶	米、マカロニ、小麦粉、油、パン粉、焼ふ(星の麩)、○誕生会ケーキ	オレンジ、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、赤ピーマン、ねぎ、カットわかめ	みりん、しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉、和風ドレッシング
19木	ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ バナナ	保育乳 にらヒラヤーチー	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○調整豆乳、○ツナ油漬缶	じゃがいも、米、油、砂糖、片栗粉、○小麦粉	バナナ、にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、○にら	しょうゆ、みりん、食塩
20金	春 分 の 日					
21土	マーボー豆腐どんぶり ウインナー すまし汁 パインアップル	保育乳 ビスケット	○保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ	米、砂糖、油、片栗粉、○ビスケット	パイン缶、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく	しょうゆ
23月	みそすき丼 ツナ和え すまし汁 オレンジ	保育乳 ジャムサンド	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶	米、○食パン、しらたき、砂糖、片栗粉、油	オレンジ、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、長ねぎ、ごぼう、しょうが、○100%果実ジャム、ねぎ、カットわかめ	みりん、○ケチャップ、しょうゆ、○ウスターソース
24火	カレーライス ウインナー ブロッコリーサラダ わかめスープ りんご	保育乳 芋かりんとう	○保育乳、鶏肉、ウインナー	米、じゃがいも、○さつまいも、○揚げ油、○粉黒糖、○白ごま	りんご、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、カットわかめ、ねぎ	カレー粉、和風ドレッシング
25水	あわごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ 大根みそ汁 バナナ	保育乳 紅芋ちんすこう	○保育乳、豚肉、みそ	じゃがいも、米、揚げ油、あわ、油、三温糖、片栗粉、○小麦粉、○油、○紅芋パウダー、○三温糖	だいこん、たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが、カットわかめ	○カレー粉、しょうゆ、○ケチャップ、○ウスターソース
26木	ごはん 魚のみそマヨ焼き ブロッコリーひじき炒め じゃが芋スープ バナナ	保育乳 シリアルクッキー	○保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、○卵、○牛乳	米、じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖、○小麦粉、○ココアパウダー、○三温糖、○コーンフレーク	バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな、にんじん、しめじ、ひじき	しょうゆ、食塩
27金	肉わかめうどん ちくわイソベ揚げ おかか和え オレンジ	保育乳 みそおにぎり	○保育乳、豚肉、ちくわ、○ツナ油漬缶	ゆでうどん、○米、小麦粉、揚げ油、油、砂糖	こまつな、キャベツ、○にんじん、にんじん、ねぎ、カットわかめ、あおのり	みりん、しょうゆ、食塩、○食塩
28土	五目ごはん ウインナー 豆腐スープ パインアップル	保育乳 ホットケーキ	○保育乳、沖縄豆腐、鶏もも肉、ウインナー、○牛乳	米、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ベーキングパウダー	パイン缶、にんじん、しめじ、こまつな、えのきたけ、ねぎ	しょうゆ、食塩
30月	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐みそ汁 オレンジ	保育乳 黒糖蒸しケーキ	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、油揚げ、○牛乳	米、はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油、油、○小麦粉、○ホットケーキ粉、○油、○粉黒糖	オレンジ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ	ケチャップ、しょうゆ、酢
31火	そぼろどんぶり ブロッコリーごま和え すまし汁 バナナ	保育乳 ヨーグルトスコーン	○保育乳、豚ひき肉、○牛乳	米、油、すりごま、砂糖、○小麦粉、○無塩バター、○ココアパウダー	バナナ、にんじん、こまつな、もやし、ブロッコリー、しょうが、ねぎ、カットわかめ、コーン缶	みりん、しょうゆ、食塩、和風ドレッシング

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



3月離乳食こんだて表①



2026年3月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
2	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青葉ホトヘスト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな
			ミルク さつま芋煮	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
3	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青葉キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、鶏ひき肉、豆腐	米	にんじん、キャベツ、こまつな、たまねぎ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
4	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ大根キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、ピーマン、ねぎ
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
5	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青葉ホトヘスト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ
			ミルク 野菜柔らか煮	ミルク 野菜柔らか煮	ミルク 野菜柔らか煮			
6	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ大根キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、ピーマン、ねぎ
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
7	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、豚ひき肉	米	たまねぎ、にんじん、干しいたけ
9	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青葉ホトヘスト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな
			ミルク さつま芋煮	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
10	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青葉サツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
11	水	お弁当会 				ミルク、白身魚	米	だいこん、キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
12	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青葉ホトヘスト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	じゃがいも、さつまいも	にんじん、たまねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
13	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青葉大根ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	だいこん、キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
14	土	発表会 & 卒園式 						

★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すすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



3月離乳食こんだて表②



2026年3月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまい も	にんじん、だいこん、もや し、ピーマン、島にんじん、 コーン缶、ねぎ、切り干し だいこん、 こまつな
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
17	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、じゃがい も	キャベツ、にんじん、たま ねぎ、こまつな、しめじ、 ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
18	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏ひ き肉、豆腐	米	たまねぎ、こまつな、にん じん、きゅうり、しめじ、切り 干しだいこん、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
19	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがい も	にんじん、しめじ、長ねぎ、 生しいたけ、たまねぎ、 きゅうり、切り干しだいこ ん、ひじき、 こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
20	金	春 分 の 日						
21	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	鶏ひき肉	米	もずく、コーン缶、赤ピーマ ン、ピーマン、 たまねぎ
23	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米	たまねぎ、ブロッコリー、こ まつな、にんじん、しめじ、 ピーマン、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
24	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがい も	にんじん、しめじ、長ねぎ、 生しいたけ、たまねぎ、 きゅうり、切り干しだいこ ん、ひじき、 こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
25	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、じゃがい も	にんじん、こまつな、えの きたけ、刻みこんぶ、切り 干しだいこん、 たまねぎ
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
26	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏ひ き肉、豆腐	米	たまねぎ、こまつな、にん じん、きゅうり、しめじ、切り 干しだいこん、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
27	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ大根ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、 じゃがいも	だいこん、にんじん、キャ ベツ、えのきたけ、ねぎ、こ んぶ、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
28	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、鶏肉	米	にんじん、しめじ、こまつ な、えのきたけ、ねぎ
30	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米	たまねぎ、ブロッコリー、こ まつな、にんじん、しめじ、 ピーマン、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
31	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがい も	にんじん、しめじ、長ねぎ、 生しいたけ、たまねぎ、 きゅうり、切り干しだいこ ん、ひじき、 こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★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すすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります