

2024年  
7月

# 幼児食 献立表



|      |                              | 1(月)                                 | 2(火)                                          | 3(水)                            | 4(木)                             | 5(金)                               | 6(土)                       |
|------|------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------------|
| 朝おやつ |                              | 牛乳、せんべい                              | 牛乳、せんべい                                       | 牛乳、せんべい                         | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                            | 牛乳、せんべい                    |
| 昼食   |                              | ★ビーンズカレーライス、★アスパラとコーンのサラダ、ヨーグルト      | わかめ御飯、豆腐とキャベツのすまし汁、さばのみそ煮、★はるさめの酢の物           | 御飯、★豚汁、★なすとかぼちゃの揚げだし豆腐、バナナ      | 食パン、豆乳シチュー、コールスローサラダ、パイン缶        | ★七夕寿司、そうめん汁、照り焼きチキン、★夏野菜のマリネ       | 御飯、じゃがいものすまし汁、★なすとひき肉のみそ炒め |
| 昼おやつ |                              | 麦茶、じゃこマヨトースト                         | 牛乳、アッスルポテト                                    | 麦茶、どら焼き                         | 麦茶、★焼きもちこしおにぎり                   | 牛乳、きらきらフルーツポンチ                     | 牛乳、マカロニきな粉                 |
|      | 7(日)                         | 8(月)                                 | 9(火)                                          | 10(水)                           | 11(木)                            | 12(金)                              | 13(土)                      |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                      | 牛乳、せんべい                              | 牛乳、せんべい                                       | 牛乳、せんべい                         | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                            | 牛乳、せんべい                    |
| 昼食   | 親子丼、こまつなのみそ汁                 | 御飯、★かぼちゃのみそ汁、豚肉のしょうが焼き、★きゅうりともやしの酢の物 | 和風スパゲッティー、野菜コンソース、蒸し野菜のサラダ、りんご                | 御飯、★とうがんのすまし汁、さけのフライ、★ピーマンのごま炒め | 三色そぼろ丼、もやしのみそ汁、★マカロニサラダ、★すいか     | コッペパン、★オクラのスース、鶏肉のオーロラソース焼き、のり塩ポテト | 御飯、じゃがいものみそ汁、豚肉と豆腐の煮物      |
| 昼おやつ | 牛乳、レーズン蒸しパン                  | 牛乳、みたらし芋                             | 牛乳、バナナスティックパン                                 | 牛乳、あんまん                         | 牛乳、麩のラスク                         | 麦茶、焼きおにぎり                          | 牛乳、こまつなのカッスケーキ             |
|      | 14(日)                        | 15(月)                                | 16(火)                                         | 17(水)                           | 18(木)                            | 19(金)                              | 20(土)                      |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                      | 牛乳、せんべい                              | 牛乳、せんべい                                       | 牛乳、せんべい                         | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                            | 牛乳、せんべい                    |
| 昼食   | ★肉みそうどん、ほうれん草と油揚げのお浸し        | 御飯、★ピーマンと春雨の炒め物、たまごスース               | ★夏野菜カレーライス、★キャベツのレモン風味サラダ、オレンジ                | ゆかり御飯、なめこのみそ汁、魚の照り焼き、白和え        | 御飯、キャベツのすまし汁、鶏つくねとおからの和風あん、★揚げなす | ★冷やし中華、★かぼちゃのそぼろあんかけ、バナナ           | マーボー豆腐丼、中華スース、りんご          |
| 昼おやつ | 牛乳、★ゆでとうもろこし                 | 牛乳、ホットケーキ                            | 牛乳、きな粉ポテト                                     | 牛乳、ヨーグルト蒸しパン                    | 麦茶、ホットドッグ                        | 麦茶、塩こんふおにぎり                        | 牛乳、つみつふ人参ゼリー               |
|      | 21(日)                        | 22(月)                                | 23(火)                                         | 24(水)                           | 25(木)                            | 26(金)                              | 27(土)                      |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                      | 牛乳、せんべい                              | 牛乳、せんべい                                       | 牛乳、せんべい                         | 牛乳、せんべい                          | 牛乳、せんべい                            | 牛乳、せんべい                    |
| 昼食   | ピラフ、★チキントマトスース               | 御飯、★なすのみそ汁、★肉団子ととうがんの煮物、キャベツのおかか和え   | ★焼きもちこし飯、豆腐とほうれんそうのすまし汁、さけのちゃんちゃん焼き、さつま芋のレモン煮 | 御飯、厚揚げとはくさいのみそ汁、鶏タン、★ポテトサラダ     | 焼きそば、わかめスース、★すいか                 | ロールパン、★コーンスース、ポークチャップス、じゃがいものコンソメ煮 | 御飯、★かぼちゃのみそ汁、ツナと野菜の厚焼き卵    |
| 昼おやつ | 牛乳、のりごまソフトクッキー               | 牛乳、★大学かぼちゃ                           | 牛乳、豆乳フレンチトースト                                 | 牛乳、やせうま                         | 麦茶、おからチーズドーナツ                    | 牛乳、黒糖蒸しパン                          | 牛乳、フルーツきんとん                |
|      | 28(日)                        | 29(月)                                | 30(火)                                         | 31(水)                           | ★マークのある献立は旬の食材を使用しています           |                                    |                            |
| 朝おやつ | 牛乳、せんべい                      | 牛乳、せんべい                              | 牛乳、せんべい                                       | 牛乳、せんべい                         |                                  |                                    |                            |
| 昼食   | 御飯、鶏肉とチンゲンサイのすまし汁、厚揚げと豚肉のみそ煮 | 御飯、★もやしと油揚げのみそ汁、鶏のから揚げ、きんぴらごぼう       | 五目混ぜご飯、あおさ汁、たらこの磯辺焼き、★きゅうりと人参の昆布あえ            | ★なすのミートスパゲッティー、野菜スース、フルーツヨーグルト  |                                  |                                    |                            |
| 昼おやつ | 牛乳、りんごケーキ                    | 牛乳、2色かんてん                            | 牛乳、メロンパンクッキー                                  | 麦茶、さつまいもスティック                   |                                  |                                    |                            |

★マークのある献立は旬の食材を使用しています

2024年  
7月

# 離乳食 - 初期 献立表



|      |              | 1(月)                 | 2(火)                 | 3(水)                 | 4(木)         | 5(金)         | 6(土)                 |
|------|--------------|----------------------|----------------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------|
| 朝おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
| 昼食   |              | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         |
| 昼おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
|      | 7(日)         | 8(月)                 | 9(火)                 | 10(水)                | 11(木)        | 12(金)        | 13(土)                |
| 朝おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト |
| 昼おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
|      | 14(日)        | 15(月)                | 16(火)                | 17(水)                | 18(木)        | 19(金)        | 20(土)                |
| 朝おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト |
| 昼おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
|      | 21(日)        | 22(月)                | 23(火)                | 24(水)                | 25(木)        | 26(金)        | 27(土)                |
| 朝おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         |
| 昼おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
|      | 28(日)        | 29(月)                | 30(火)                | 31(水)                |              |              |                      |
| 朝おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |
| 昼食   | 10倍粥、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         | 10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト | 10倍粥、野菜のペースト         |              |              |                      |
| 昼おやつ |              |                      |                      |                      |              |              |                      |

2024年  
7月

# 離乳食 - 中期 献立表



|      |                       | 1(月)                     | 2(火)                            | 3(水)                      | 4(木)                       | 5(金)                    | 6(土)                     |
|------|-----------------------|--------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 朝おやつ |                       | せんべい                     | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                       | せんべい                    | せんべい                     |
| 昼食   |                       | そばろ粥、キャベツのすまし汁           | 全粥、チンゲンサイのすまし汁、豆腐の味噌煮           | 全粥、みそ風味のだし煮、豆腐とかぼちゃの煮物    | 全粥、豆乳シチュー、キャベツとにんじんのやわらか煮  | にんじんとコーン粥、そうめん汁、鶏肉のトマト煮 | 全粥、じゃがいものすまし汁、なすとひき肉のみそ煮 |
| 昼おやつ |                       | しらす粥                     | りんごとさつまいもの甘煮                    | バナナ                       | コーン粥                       | バナナとみかん缶                | クッキー                     |
|      | 7(日)                  | 8(月)                     | 9(火)                            | 10(水)                     | 11(木)                      | 12(金)                   | 13(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                  | せんべい                     | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                       | せんべい                    | せんべい                     |
| 昼食   | 親子丼風粥、こまつなのみそ風味だし煮    | 全粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、豆腐の煮物    | 全粥、野菜コーンスープ、鶏肉と野菜の煮物            | 全粥、すまし汁、さけの煮つけ            | 三色そばろ粥、みそ風味だし煮             | 全粥、野菜スープ、鶏肉とじゃがいもの煮物    | 全粥、じゃがいものみそ風味だし煮、豆腐の煮物   |
| 昼おやつ | クッキー                  | 蒸し芋                      | 煮りんご                            | クッキー                      | クッキー                       | コーン粥                    | こまつなの卵とじ                 |
|      | 14(日)                 | 15(月)                    | 16(火)                           | 17(水)                     | 18(木)                      | 19(金)                   | 20(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                  | せんべい                     | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                       | せんべい                    | せんべい                     |
| 昼食   | 肉みそうどん、ほうれん草のお浸し      | 全粥、野菜の卵とじ、野菜スープ          | しらすかぼちゃ粥、なすとキャベツのスープ            | 全粥、たまねぎのみそ風味だし煮、魚の煮つけ、白和え | 全粥、キャベツのすまし汁、鶏つくねとおからの和風あん | 全粥、卵スープ、かぼちゃのそばろあんかけ    | 豆腐のみそ粥、じゃがいものスープ         |
| 昼おやつ | ゆでとうもろこし              | クッキー                     | きな粉ポテト                          | クッキー                      | クッキー                       | バナナ                     | 煮りんご                     |
|      | 21(日)                 | 22(月)                    | 23(火)                           | 24(水)                     | 25(木)                      | 26(金)                   | 27(土)                    |
| 朝おやつ | せんべい                  | せんべい                     | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                       | せんべい                    | せんべい                     |
| 昼食   | コーン粥、チキントマトスープ        | 全粥、なすのみそ風味だし煮、肉団子と野菜の煮物  | さつまいも粥、豆腐とほうれんそうのすまし汁、さけと野菜のみそ煮 | 全粥、はくさいのみそ風味だし煮、鶏じゃが      | 全粥、野菜の卵とじ、スープ              | 全粥、コーンスープ、じゃがいもの煮つけ     | 全粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、野菜の卵とじ   |
| 昼おやつ | クッキー                  | 蒸しかぼちゃ                   | クッキー                            | やせうま                      | クッキー                       | クッキー                    | さつまいもマッシュ                |
|      | 28(日)                 | 29(月)                    | 30(火)                           | 31(水)                     |                            |                         |                          |
| 朝おやつ | せんべい                  | せんべい                     | せんべい                            | せんべい                      |                            |                         |                          |
| 昼食   | 全粥、チンゲンサイのすまし汁、鶏肉のみそ煮 | 全粥、なすのみそ風味だし煮、鶏肉といんげんの煮物 | 全粥、かきたま汁、たらの煮つけ                 | 全粥、そばろ煮、野菜スープ             |                            |                         |                          |
| 昼おやつ | 煮りんご                  | クッキー                     | クッキー                            | 蒸し芋                       |                            |                         |                          |

2024年  
7月

# 離乳食 - 後期 献立表



|      |                          | 1(月)                       | 2(火)                            | 3(水)                      | 4(木)                          | 5(金)                       | 6(土)                       |
|------|--------------------------|----------------------------|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 朝おやつ |                          | せんべい                       | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                          | せんべい                       | せんべい                       |
| 昼食   |                          | そばろ粥、キャベツのすまし汁             | 硬粥、チンゲンサイのすまし汁、豆腐の味噌煮           | 硬粥、みそ風味のだし煮、豆腐とかぼちゃの煮物    | 食パン、豆乳シチュー、キャベツのサラダ(茹で)       | 具だくさん粥、そうめん汁、鶏肉のトマト煮       | 硬粥、じゃがいものすまし汁、なすとひき肉のみそ炒め煮 |
| 昼おやつ |                          | しらす粥                       | りんごとさつまいもの甘煮                    | バナナ                       | コーン粥                          | バナナとみかん缶                   | マカロニきな粉                    |
|      | 7(日)                     | 8(月)                       | 9(火)                            | 10(水)                     | 11(木)                         | 12(金)                      | 13(土)                      |
| 朝おやつ | せんべい                     | せんべい                       | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                          | せんべい                       | せんべい                       |
| 昼食   | 親子丼風粥、こまつなのみそ風味だし煮       | 硬粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、豚肉の炒め煮     | 和風スパゲッティー、野菜コーンスープ、蒸し野菜のサラダ     | 硬粥、すまし汁、さけのムニエル、ピーマンの炒め煮  | 三色そばろ粥、もやしのみそ風味だし煮、マカロニのやわらか煮 | 硬粥、オクラのスープ、鶏肉とじゃがいものケチャップ煮 | 硬粥、じゃがいものみそ風味だし煮、豚肉と豆腐の煮物  |
| 昼おやつ | クッキー                     | みたらし芋                      | 煮りんご                            | クッキー                      | クッキー                          | コーン粥                       | こまつなの卵とじ                   |
|      | 14(日)                    | 15(月)                      | 16(火)                           | 17(水)                     | 18(木)                         | 19(金)                      | 20(土)                      |
| 朝おやつ | せんべい                     | せんべい                       | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                          | せんべい                       | せんべい                       |
| 昼食   | 肉みそうどん、ほうれん草のお浸し         | 硬粥、ピーマンと豚肉の炒め煮、たまごスープ      | 夏野菜のおじや、なすのスープ、キャベツとしらすの和え物(茹で) | 硬粥、たまねぎのみそ風味だし煮、魚の煮つけ、白和え | 硬粥、キャベツのすまし汁、鶏つくねとおからの和風あん    | 硬粥、卵スープ、かぼちゃのそばろあんかけ       | 豚肉と豆腐のみそ粥、じゃがいものスープ        |
| 昼おやつ | ゆでとうもろこし                 | クッキー                       | きな粉ポテト                          | ヨーグルト                     | クッキー                          | バナナ                        | 煮りんご                       |
|      | 21(日)                    | 22(月)                      | 23(火)                           | 24(水)                     | 25(木)                         | 26(金)                      | 27(土)                      |
| 朝おやつ | せんべい                     | せんべい                       | せんべい                            | せんべい                      | せんべい                          | せんべい                       | せんべい                       |
| 昼食   | コーン粥、チキントマトスープ           | 硬粥、なすのみそ風味だし煮、肉団子と野菜の煮物    | さつまいも粥、豆腐とほうれんそうのすまし汁、さけと野菜のみそ煮 | 硬粥、はくさいのみそ風味だし煮、鶏じゃが      | 硬粥、豚肉と野菜の炒め煮、わかめスープ           | 硬粥、コーンスープ、豚肉のケチャップ炒め煮      | 硬粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、野菜の厚焼き卵    |
| 昼おやつ | クッキー                     | 蒸しかぼちゃ                     | 豆乳フレンチトースト                      | やせうま                      | こまつなの卵とじ                      | 粉ふきいも                      | さつまいもの甘煮                   |
|      | 28(日)                    | 29(月)                      | 30(火)                           | 31(水)                     |                               |                            |                            |
| 朝おやつ | せんべい                     | せんべい                       | せんべい                            | せんべい                      |                               |                            |                            |
| 昼食   | 硬粥、鶏肉とチンゲンサイのすまし汁、豚肉のみそ煮 | 硬粥、もやしのみそ風味だし煮、鶏肉といんげんの炒め煮 | 硬粥、かきたま汁、たらの煮つけ                 | なすのミートスパゲッティー、野菜スープ       |                               |                            |                            |
| 昼おやつ | 煮りんご                     | クッキー                       | クッキー                            | さつまいものお焼き                 |                               |                            |                            |