



2025年7月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー



★の日はお誕生日会 😊の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
1	火	鶏肉と野菜の甘酢炒め 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁 フルーツ（黄桃缶）	鶏肉 赤みそ・白みそ	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン かぼちゃ 大根・小松菜 黄桃(缶詰)	油・砂糖・でん粉 油 米	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋・油 ▲牛乳
2	水	冷やし中華 がんもの煮物 ふりかけごはん フルーツ（パイナップル缶）	ツナフレーク がんもどき	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ パイナップル（缶詰）	中華麺・ごま油・砂糖 砂糖 米	冷やし中華の素 だし・醤油・料理酒 かつおふりかけ	かっぱえびせん お茶	昆布おにぎり 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳
3	木	サバの旨煮 ちくわと白菜の和え物 きんぴらごぼう ごはん 味噌汁	さば ちくわ 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・チンゲン菜 ごぼう・人参 わかめ	砂糖 つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖 米	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	星たべよ お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
4	金	カレーライス グリーンサラダ フルーツ（バナナ）	豚肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁 バナナ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク（アレルギーフリー） 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	オレンジかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳
5	土	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 菜めしごはん	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース 菜めしの素	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
😊	7月	星のハンバーグ マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー ごはん 天の川にゅうめん ピーチゼリー	ハンバーグ ウインナー	コーン・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン オクラ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米 そうめん	トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ だし・醤油・塩 ピーチゼリー	星たべよ お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳
8	火	鶏肉の塩こうじ焼 うす揚げと小松菜の煮浸し 蒸しかぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	小松菜・人参 かぼちゃ わかめ・玉ねぎ	油 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳
9	水	ナポリタンスパゲティ ツナとキャベツのサラダ ロールパン スープ	ウインナー ツナフレーク	玉ねぎ・黄ピーマン・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー 人参・チンゲン菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	かっぱえびせん お茶	おかかおにぎり 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳
10	木	夏野菜マーボー丼 切干大根の中華和え 中華スープ フルーツ（オレンジ）	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ピーマン・なす 切干大根・ほうれん草・人参 太もやし・さやいんげん オレンジ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	星たべよ お茶	黒糖ラスク 牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
11	金	白身魚の照焼 ひじきサラダ 蒸さつま芋 ごはん スープ	ホキ	ひじき・人参・きゅうり えのきたけ・小松菜	砂糖・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
12	土	チャーハン ナムル 中華スープ	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・さやいんげん 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく 白菜・わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
14	月	白身魚フライ ブロッコリーとコーンのサラダ 焼じゃが ごはん スープ	白身魚フライ	ブロッコリー・人参・コーン 小松菜・玉ねぎ	油 砂糖・ごま油 じゃが芋・油 米	醤油・酢・本みりん 塩 チキンコンソメ	星たべよ お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・きな粉・油 ▲牛乳
15	火	鶏肉のあおさ焼 切干大根サラダ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 高野豆腐 赤みそ・白みそ	あおさのり 切干大根・チンゲン菜・人参 グリーンピース キャベツ	砂糖・油 砂糖・ごま油 砂糖 米 おつゆ麴	醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん だし・醤油 だし	カルシウムせんべい お茶	豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー 油・豆腐・砂糖 ▲牛乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
16	水	ハオユー豆腐 もやしとブロッコリーの中華和え ごはん はるさめスープ フルーツ（みかん缶）	豆腐・豚肉	白菜・人参・ほうれん草・しめじ ブロッコリー・太もやし	油・砂糖・でん粉 ごま油 米 緑豆春雨	オイスターソース・醤油・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	かっぱえびせん お茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳
17	木	サバの味噌煮 キャベツと小松菜のおかか和え かぼちゃの甘辛和え ごはん すまし汁	さば・赤みそ かつお節	しょうが キャベツ・小松菜・人参 かぼちゃ	砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし・醤油・塩	星たべよ お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳
18	金	ハヤシライス ちくわとチンゲン菜のサラダ フルーツ（バナナ）	牛肉 ちくわ	玉ねぎ・人参・しめじ チンゲン菜・太もやし・黄ピーマン バナナ	米・油 油・砂糖	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 醤油・酢	カルシウムせんべい お茶	ぶどうかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳
19	土	焼きそば 厚揚げと小松菜のお浸し 味噌汁	豚肉 生揚げ 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ 小松菜 わかめ	中華麺・油 じゃが芋	中華だし・塩・醤油 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
22	火	牛肉コロッケ 白菜とブロッコリーのサラダ 根菜きんぴら ごはん 味噌汁		白菜・ブロッコリー・コーン れんこん・人参	▲牛肉コロッケ・油 油・砂糖 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・酢 だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	カルシウムせんべい お茶	ふんわりココアクッキー 牛乳	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳
★ 23	水	家常豆腐 あおさじゃが ごはん 中華スープ フルーツ（オレンジ）	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	玉ねぎ・しめじ・ピーマン・赤ピーマン・しょうが・にんにく あおさのり 小松菜・えのきたけ オレンジ	油・砂糖・でん粉 じゃが芋 米	醤油・料理酒・中華だし 塩 中華だし・醤油・塩	かっぱえびせん お茶	ピーチケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・黄桃(缶詰) ▲牛乳
24	木	肉団子の照り煮 キャベツとオクラのサラダ 蒸しかぼちゃ ごはん 味噌汁	チキンボール	しょうが キャベツ・コーン・オクラ かぼちゃ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米 おつゆ麴	だし・醤油・本みりん 醤油・酢 塩 だし	星たべよ お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
25	金	鶏肉と白菜のうどん ひじきとさつま芋の煮物 赤しそごはん フルーツ（りんご缶）	鶏肉	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 ひじき りんご(缶詰)	うどん・砂糖 さつま芋・砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 だし・醤油・本みりん ゆかり	カルシウムせんべい お茶	梅わかめおにぎり 牛乳	米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳
26	土	豆腐のあんかけ丼 ちくわと小松菜のお浸し 味噌汁	豚肉・豆腐 ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 大根	米・油・砂糖・でん粉 巻麴	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
28	月	かぼちゃひき肉フライ ビーフンソテー 大根サラダ ごはん 味噌汁	かぼちゃ挽肉フライ	玉ねぎ・ピーマン 大根・きゅうり・人参・レモン果汁	油 ビーフン・油 砂糖・オリーブ油 米 おつゆ麴	中華だし・塩・醤油 酢・塩・醤油 だし	星たべよ お茶	りんごかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳
29	火	白身魚の蒲焼風 キャベツの塩昆布和え 蒸しさつま芋 ごはん 味噌汁	たら	しょうが キャベツ・人参・塩昆布	でん粉・油・砂糖 さつま芋 米	料理酒・醤油・本みりん 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
30	水	塩ラーメン 切干大根の煮物 わかめごはん フルーツ（バナナ）	豚肉 さつま揚げ	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん わかめご飯の素 バナナ	中華麺・油・ごま油 油・砂糖 米	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	かっぱえびせん お茶	納豆お焼き 牛乳	米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳
31	木	肉じゃが シューマイ ごはん 味噌汁 フルーツ（黄桃缶）	豚肉 肉しゅうまい 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース 太もやし・ほうれん草 黄桃(缶詰)	じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 だし	星たべよ お茶	野菜パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース ▲牛乳

栄養価の平均 エネルギー453kcal たんぱく質14.3g 脂質13.0g カルシウム183mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

＊ そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
＊ 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
＊ お米は国産米使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 1歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ☺の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
1	火	鶏肉と野菜の甘酢炒め 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁 フルーツ（黄桃缶）	鶏肉 赤みそ・白みそ	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン かぼちゃ 大根・小松菜 黄桃(缶詰)	油・砂糖・でん粉 油 米	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋・油 ▲牛乳
2	水	冷やし中華 がんもの煮物 ふりかけごはん フルーツ（パイン缶）	ツナフレーク がんもどき	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ パイン（缶詰）	中華麺・ごま油・砂糖 砂糖 米	冷やし中華の素 だし・醤油・料理酒 かつおふりかけ	やわらかおかき お茶	昆布おにぎり 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳
3	木	サバの旨煮 ちくわと白菜の和え物 きんぴらごぼう ごはん 味噌汁	さば ちくわ 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・チンゲン菜 ごぼう・人参 わかめ	砂糖 つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖 米	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	たべっ子ベイビー お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
4	金	カレーライス グリーンサラダ フルーツ（バナナ）	豚肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁 バナナ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク（アレルギーフリー） 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	オレンジかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳
5	土	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 菜めしごはん	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース 菜めしの素	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
☺	7月	星のハンバーグ マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー ごはん 天の川にゅうめん ピーチゼリー	ハンバーグ ウインナー	コーン・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン オクラ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米 そうめん	トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ だし・醤油・塩 ピーチゼリー	たべっ子ベイビー お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳
8	火	鶏肉の塩こうじ焼 うす揚げと小松菜の煮浸し 蒸しかぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	小松菜・人参 かぼちゃ わかめ・玉ねぎ	油 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳
9	水	ナポリタンスパゲティ ツナとキャベツのサラダ ロールパン スープ	ウインナー ツナフレーク	玉ねぎ・黄ピーマン・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー 人参・チンゲン菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	やわらかおかき お茶	おかかおにぎり 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳
10	木	夏野菜マーボー丼 切干大根の中華和え 中華スープ フルーツ（オレンジ）	豆腐・豚ひき肉・鶏しほり煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ピーマン・なす 切干大根・ほうれん草・人参 太もやし・さやいんげん オレンジ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	たべっ子ベイビー お茶	黒糖ラスク 牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
11	金	白身魚の照焼 ひじきサラダ 蒸さつま芋 ごはん スープ	ホキ	ひじき・人参・きゅうり えのきたけ・小松菜	砂糖・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
12	土	チャーハン ナムル 中華スープ	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・さやいんげん 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく 白菜・わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶
14	月	白身魚フライ ブロッコリーとコーンのサラダ 焼じゃが ごはん スープ	白身魚フライ	ブロッコリー・人参・コーン 小松菜・玉ねぎ	油 砂糖・ごま油 じゃが芋・油 米	醤油・酢・本みりん 塩 チキンコンソメ	たべっ子ベイビー お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・きな粉・油 ▲牛乳
15	火	鶏肉のあおさ焼 切干大根サラダ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 高野豆腐 赤みそ・白みそ	あおさのり 切干大根・チンゲン菜・人参 グリーンピース キャベツ	砂糖・油 砂糖・ごま油 砂糖 米 おつゆ麴	醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん だし・醤油 だし	カルシウムせんべい お茶	豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー 油・豆腐・砂糖 ▲牛乳



2025年7月度 きたばたけ保育園 完了期メニュー(12～18か月頃)



★の日はお誕生日会 ☺の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
1	火	鶏肉と野菜の甘酢炒め 焼かぼちゃ 軟飯 味噌汁 フルーツ（黄桃缶）	鶏肉 赤みそ・白みそ	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン かぼちゃ 大根・小松菜 黄桃(缶詰)	油・砂糖・でん粉 油 米	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし 塩 だし	ベビーせんべい お茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋・油 ▲牛乳
2	水	冷やし中華 がんもの煮物 軟飯 フルーツ（パイン缶）	ツナフレーク がんもどき	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ パイン（缶詰）	中華麺・ごま油・砂糖 砂糖 米	冷やし中華の素 だし・醤油・料理酒	野菜ハイハイ お茶	昆布お焼き 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳
3	木	白身魚の旨煮 ちくわと白菜の和え物 きんぴらごぼう 軟飯 味噌汁	たら ちくわ 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・チンゲン菜 ごぼう・人参 わかめ	砂糖 つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖 米	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ベビーせんべい お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
4	金	豚じゃが グリーンサラダ 軟飯 スープ	豚肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁 ブロッコリー	じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米 そうめん	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	オレンジかん ベビーせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 ベビーせんべい ▲牛乳
5	土	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 軟飯	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶
☺	7月	星のハンバーグ マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー 軟飯 天の川にゅうめん ピーチゼリー	ハンバーグ ウインナー	コーン・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン オクラ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米 そうめん	トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ だし・醤油・塩 ピーチゼリー	野菜ハイハイ お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳
8	火	鶏肉の塩こうじ焼 うす揚げと小松菜の煮浸し 蒸しかぼちゃ 軟飯 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	小松菜・人参 かぼちゃ わかめ・玉ねぎ	油 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 塩 だし	ベビーせんべい お茶	蒸さつま芋 牛乳	さつま芋 ▲牛乳
9	水	ナポリタンスパゲティ ツナとキャベツのサラダ ロールパン スープ	ウインナー ツナフレーク	玉ねぎ・黄ピーマン・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー 人参・チンゲン菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	おかかお焼き 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳
10	木	夏野菜マーボー丼 切干大根の中華和え 中華スープ フルーツ（オレンジ）	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ピーマン・なす 切干大根・ほうれん草・人参 太もやし・さやいんげん オレンジ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	ベビーせんべい お茶	黒糖ラスク 牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
11	金	白身魚の照焼 ひじきサラダ 蒸さつま芋 軟飯 スープ	ホキ	ひじき・人参・きゅうり えのきたけ・小松菜	砂糖・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
12	土	チャーハン ナムル 中華スープ	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・さやいんげん 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく 白菜・わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶
14	月	白身魚の煮付け ブロッコリーとコーンのサラダ 焼じゃが 軟飯 スープ	かれい	しょうが ブロッコリー・人参・コーン 小松菜・玉ねぎ	砂糖 砂糖・ごま油 じゃが芋・油 米	醤油・料理酒・だし 醤油・酢・本みりん 塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・きな粉・油 ▲牛乳
15	火	鶏肉のあおさ焼 切干大根サラダ 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁	鶏肉 高野豆腐 赤みそ・白みそ	あおさのり 切干大根・チンゲン菜・人参 グリーンピース キャベツ	砂糖・油 砂糖・ごま油 砂糖 米 おつゆ麴	醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん だし・醤油 だし	ベビーせんべい お茶	豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー 油・豆腐・砂糖 ▲牛乳

日曜日 付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
16	水	ハオユー豆腐 もやしとブロッコリーの中華和え 軟飯 はるさめスープ フルーツ（みかん缶）	豆腐・豚肉	白菜・人参・ほうれん草・しめじ ブロッコリー・太もやし さやいんげん みかん(缶詰)	油・砂糖・でん粉 ごま油 米 緑豆春雨	オイスターソース・醤油・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイン お茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳
17	木	白身魚の味噌煮 キャベツと小松菜のおかか和え かぼちゃの甘辛和え 軟飯 すまし汁	かれい・赤みそ かつお節	しょうが キャベツ・小松菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・わかめ	砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし・醤油・塩	ベビーせんべい お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳
18	金	ハヤシライス ちくわとチンゲン菜のサラダ フルーツ（バナナ）	牛肉 ちくわ	玉ねぎ・人参・しめじ チンゲン菜・太もやし・黄ピーマン バナナ	米・油 油・砂糖	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 醤油・酢	野菜ハイハイン お茶	ぶどうかん ベビーせんべい 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ベビーせんべい ▲牛乳
19	土	焼きそば 厚揚げと小松菜のお浸し 味噌汁	豚肉 生揚げ 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ 小松菜 わかめ	中華麺・油 じゃが芋	中華だし・塩・醤油 醤油・本みりん・だし だし	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン ほうじ茶
22	火	マッシュポテト 白菜とブロッコリーのサラダ 根菜きんぴら 軟飯 味噌汁		白菜・ブロッコリー・コーン れんこん・人参 ほうれん草	▲マッシュポテト・油 油・砂糖 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・酢 だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ベビーせんべい お茶	ふんわりココアクッキー 牛乳	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳
★	23水	家常豆腐 あおさじゃが 軟飯 中華スープ フルーツ（オレンジ）	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	玉ねぎ・しめじ・ピーマン・赤ピーマン・しょうが・にんにく あおさのり 小松菜・えのきたけ オレンジ	油・砂糖・でん粉 じゃが芋 米	醤油・料理酒・中華だし 塩 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイン お茶	ピーチケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・黄桃(缶詰) ▲牛乳
24	木	肉団子の照り煮 キャベツとオクラのサラダ 蒸しかぼちゃ 軟飯 味噌汁	チキンボール	しょうが キャベツ・コーン・オクラ かぼちゃ チンゲン菜	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米 おつゆ麴	だし・醤油・本みりん 醤油・酢 塩 だし	ベビーせんべい お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
25	金	鶏肉と白菜のうどん ひじきとさつま芋の煮物 軟飯 フルーツ（りんご缶）	鶏肉	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 ひじき りんご(缶詰)	うどん・砂糖 さつま芋・砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 だし・醤油・本みりん	野菜ハイハイン お茶	梅わかめお焼き 牛乳	米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳
26	土	豆腐のあんかけ丼 ちくわと小松菜のお浸し 味噌汁	豚肉・豆腐 ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 大根	米・油・砂糖・でん粉 巻麴	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン ほうじ茶
28	月	マッシュパンプキン ピーフンソテー 大根サラダ 軟飯 味噌汁	マッシュパンプキン	玉ねぎ・ピーマン 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 ほうれん草	油 ピーフン・油 砂糖・オリーブ油 米 おつゆ麴	中華だし・塩・醤油 酢・塩・醤油 だし	野菜ハイハイン お茶	りんごかん ベビーせんべい 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ベビーせんべい ▲牛乳
29	火	白身魚の蒲焼風 キャベツの塩昆布和え 蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁	たら	しょうが キャベツ・人参・塩昆布 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉・油・砂糖 さつま芋 米	料理酒・醤油・本みりん 塩 だし	ベビーせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
30	水	塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ（バナナ）	豚肉 さつま揚げ	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん バナナ	中華麺・油・ごま油 油・砂糖 米	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	野菜ハイハイン お茶	納豆お焼き 牛乳	米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳
31	木	肉じゃが シューマイ 軟飯 味噌汁 フルーツ（黄桃缶）	豚肉 肉しゅうまい 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース 太もやし・ほうれん草 黄桃(缶詰)	じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 だし	ベビーせんべい お茶	野菜パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース ▲牛乳

栄養価の平均 エネルギー373kcal たんぱく質12.3g 脂質10.2g カルシウム150mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。
＊そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
＊材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
＊お米は国産米を使用しています。
＜アレルギーについて＞卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

2025年7月度 きたばたけ保育園 後期メニュー(9～11か月頃)



日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
1	火	鶏肉と野菜の煮物 人参とピーマンの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・かぼちゃ 人参・ピーマン 大根・小松菜	でん粉 米	だし だし だし	お茶	人参入り5倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶
2	水	豆腐と野菜の磯風味うどん ほうれん草とじゃが芋の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・人参・あおさのり ほうれん草 りんご	うどん・でん粉 じゃが芋 砂糖	だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶
3	木	白身魚とブロッコリーの煮物 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	たら	ブロッコリー 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶
4	金	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・小松菜 キャベツ ブロッコリー	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶
7	月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー・赤パプリカ キャベツ・ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	お茶	しらす入り5倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶
8	火	鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	かぼちゃ 小松菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶	人参入り5倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶
9	水	豆腐と野菜のうどん キャベツと人参の煮浸し フルーツ（バナナ）	豆腐	玉ねぎ・黄パプリカ キャベツ・人参 バナナ	うどん・でん粉	だし だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶
10	木	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとピーマンの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・ピーマン なす	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
11	金	白身魚と野菜の煮物 さつまいの煮物 5倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・小松菜 大根・人参	でん粉 さつまい 米	だし だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶
14	月	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 5倍がゆ スープ	豆腐	ブロッコリー・人参 小松菜・玉ねぎ	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶
15	火	鶏肉と野菜の煮物 さつまいの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・キャベツ チンゲン菜	でん粉 さつまい 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	しらす入り5倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
16	水	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	白菜・人参 ブロッコリー ほうれん草	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶
17	木	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ スープ	かれい	小松菜・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・人参	でん粉 米	だし だし だし	お茶	人参入り5倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶
18	金	鶏ささみと野菜の煮物 チンゲン菜の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・黄ピーマン チンゲン菜 人参	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶
22	火	豆腐とほうれん草の煮物 ブロッコリーと人参の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	ほうれん草 ブロッコリー・人参 白菜・玉ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶
23	水	鶏ささみと野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・赤パプリカ 小松菜	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶
24	木	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 米	だし だし だし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
25	金	豆腐と野菜のうどん さつま芋の煮物 フルーツ（バナナ）	豆腐	人参・白菜 バナナ	うどん・でん粉 さつま芋	だし だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶
28	月	鶏ささみと野菜の煮物 人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・ピーマン 人参 大根・ほうれん草	でん粉 米	だし だし だし	お茶	人参入り5倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶
29	火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	たら	キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米	だし だし だし	お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶
30	水	鶏肉と野菜のうどん 人参の煮物 フルーツ（バナナ）	鶏ひき肉	小松菜・玉ねぎ 人参 バナナ	うどん・でん粉	だし だし	お茶	しらす入り5倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶
31	木	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	人参・玉ねぎ ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶

栄養価の平均 エネルギー150kcal たんぱく質7.3g 脂質1.4g カルシウム83mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。
* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は国産米を使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 中期メニュー(7～8か月頃)



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	火	鶏肉と野菜の煮物 人参とピーマンの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・かぼちゃ 人参・ピーマン 大根・小松菜	でん粉 米	だし だし だし	お茶
2	水	豆腐と野菜の磯風味うどん ほうれん草とじゃが芋の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・人参・あおさのり ほうれん草 りんご	うどん・でん粉 じゃが芋 砂糖	だし だし	お茶
3	木	白身魚とブロッコリーの煮物 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	たら	ブロッコリー 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 おつゆ麴	だし だし だし	お茶
4	金	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・小松菜 キャベツ ブロッコリー	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶
7	月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー・赤パプリカ キャベツ・ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	お茶
8	火	鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	かぼちゃ 小松菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶
9	水	豆腐と野菜のうどん キャベツと人参の煮浸し フルーツ（バナナ）	豆腐	玉ねぎ・黄パプリカ キャベツ・人参 バナナ	うどん・でん粉	だし だし	お茶
10	木	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとピーマンの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・ピーマン なす	でん粉 米 おつゆ麴	だし だし だし	お茶
11	金	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・小松菜 大根・人参	でん粉 さつま芋 米	だし だし だし	お茶
14	月	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 7倍がゆ スープ	豆腐	ブロッコリー・人参 小松菜・玉ねぎ	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	お茶
15	火	鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・キャベツ チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米 おつゆ麴	だし だし だし	お茶

日曜日 付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立
16	水	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	白菜・人参 ブロッコリー ほうれん草	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶
17	木	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ スープ	かれい	小松菜・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・人参	でん粉 米	だし だし だし	お茶
18	金	鶏ささみと野菜の煮物 チンゲン菜の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・黄ピーマン チンゲン菜 人参	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	お茶
22	火	豆腐とほうれん草の煮物 ブロッコリーと人参の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	ほうれん草 ブロッコリー・人参 白菜・玉ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	お茶
23	水	鶏ささみと野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・赤パプリカ 小松菜	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶
24	木	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 米	だし だし だし	お茶
25	金	豆腐と野菜のうどん さつま芋の煮物 フルーツ（バナナ）	豆腐	人参・白菜 バナナ	うどん・でん粉 さつま芋	だし だし	お茶
28	月	鶏ささみと野菜の煮物 人参の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・ピーマン 人参 大根・ほうれん草	でん粉 米	だし だし だし	お茶
29	火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	たら	キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米	だし だし だし	お茶
30	水	鶏肉と野菜のうどん 人参の煮物 フルーツ（バナナ）	鶏ひき肉	小松菜・玉ねぎ 人参 バナナ	うどん・でん粉	だし だし	お茶
31	木	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	人参・玉ねぎ ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶

栄養価の平均 エネルギー74kcal たんぱく質4.6g 脂質0.8g カルシウム51mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。
＊そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
＊材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
＊お米は国産米を使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 初期メニュー(5～6か月頃)



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	火	小松菜のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		小松菜 大根	米	
2	水	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	米	
3	木	白菜のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		白菜 チンゲン菜	米	
4	金	小松菜のペースト キャベツのペースト 10倍がゆ		小松菜 キャベツ	米	
7	月	じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
8	火	かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		かぼちゃ 小松菜	米	
9	水	チンゲン菜のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜 人参	米	
10	木	玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ ほうれん草	米	
11	金	白身魚のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ	かれい	小松菜	米	
14	月	じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
15	火	さつま芋ペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつま芋 米	
16	水	白菜のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		白菜 人参	米	
17	木	白身魚のペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ	かれい	かぼちゃ	米	
18	金	玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ チンゲン菜	米	
22	火	白菜のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		白菜 ブロッコリー	米	
23	水	じゃが芋のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		人参	じゃが芋 米	
24	木	キャベツのペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ		キャベツ かぼちゃ	米	
25	金	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	米	
28	月	ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 10倍がゆ		ほうれん草 玉ねぎ	米	
29	火	さつま芋のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつま芋 米	
30	水	人参のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		人参 ブロッコリー	米	
31	木	じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋 米	

栄養価の平均 エネルギー38kcal たんぱく質1.3g 脂質0.4g カルシウム21mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。