



初期食



令和7年5月

国立ひまわり保育園

日 / 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 木	午前食	10倍粥 さつまいのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 さつまい 片栗粉	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
2 金	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	かぼちゃ ブロッコリー、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
7 水	午前食	10倍粥 大根スープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		大根 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
8 木	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	絹ごし豆腐	大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
9 金	午前食	10倍粥 キャバツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	キャバツ かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
10 土	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
12 月	午前食	10倍粥 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
13 火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	玉ねぎ、ほうれん草 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
14 水	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 麩とさつまいのマッシュ	米 さつまい、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
15 木	午前食	10倍粥 かぶのスープ 麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		かぶ キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
16 金	午前食	くたくたうどん じゃが芋のスープ しらすと野菜の煮物	干しうどん じゃが芋 片栗粉	しらす干し	キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
17 土	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
19 月	午前食	10倍粥 さつまいのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 さつまい 片栗粉	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
20 火	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	かぼちゃ ブロッコリー、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
21 水	午前食	10倍粥 大根スープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		大根 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
22 木	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	絹ごし豆腐	大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
23 金	午前食	10倍粥 キャバツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	キャバツ かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
24 土	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
26 月	午前食	10倍粥 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
27 火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	玉ねぎ、ほうれん草 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
28 水	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 麩とさつまいのマッシュ	米 さつまい、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
29 木	午前食	10倍粥 かぶのスープ 麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		かぶ キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
30 金	午前食	くたくたうどん じゃが芋のスープ しらすと野菜の煮物	干しうどん じゃが芋 片栗粉	しらす干し	キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
31 土	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ キャバツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁

※離乳食の後にミルクを飲みます。
※園の行事、その他の都合で献立を変更する場合があります。