



初 期 食



令和7年6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
2月	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
3火	午前食	10倍粥 白菜のスープ 白身魚のトマト煮	米 片栗粉	カレイ	白菜 人参、トマト	昆布だし汁 昆布だし汁
4水	午前食	10倍粥 かぶのスープ しらすと人参の煮物	米 片栗粉	しらす干し	かぶ 白菜、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
5木	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 高野豆腐のと野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	高野豆腐	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
6金	午前食	くたくたうどん 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	干しうどん 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 玉ねぎ、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
7土	午前食	10倍粥 小松菜のスープ 麩と野菜の煮物	米 さつま芋、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ、小松菜 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
9月	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	人参、大根	昆布だし汁 昆布だし汁
10火	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	キャベツ 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
11水	午前食	10倍粥 ブロッコリースープ しらすとさつま芋の煮物	米 さつま芋、片栗粉	しらす干し	ブロッコリー 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
12木	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参、大根	昆布だし汁 昆布だし汁
13金	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 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
14土	午前食	10倍粥 小松菜のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	小松菜 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
16月	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
17火	午前食	10倍粥 白菜のスープ 白身魚のトマト煮	米 片栗粉	カレイ	白菜 人参、トマト	昆布だし汁 昆布だし汁
18水	午前食	10倍粥 かぶのスープ しらすと人参の煮物	米 片栗粉	しらす干し	かぶ 白菜、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
19木	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	高野豆腐	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
20金	午前食	くたくたうどん 大根のスープ 豆腐と野菜の煮物	干しうどん 片栗粉	絹ごし豆腐	大根 玉ねぎ、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
21土	午前食	10倍粥 小松菜のスープ 麩と野菜の煮物	米 さつま芋、白玉麩、片栗粉		玉ねぎ、小松菜 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
23月	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	人参、大根	昆布だし汁 昆布だし汁
24火	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	キャベツ 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
25水	午前食	10倍粥 ブロッコリースープ しらすとさつま芋の煮物	米 さつま芋、片栗粉	しらす干し	ブロッコリー 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
26木	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		玉ねぎ 人参、大根	昆布だし汁 昆布だし汁
27金	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 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
28土	午前食	10倍粥 小松菜のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	小松菜 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
30月	午前食	10倍粥 小松菜のスープ 白身魚とかぶの煮物	米 片栗粉	カレイ	玉ねぎ、小松菜 かぶ、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。