



初期食



令和7年8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 金	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ しらすと野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	しらす干し	玉ねぎ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
2 土	午前食	10倍粥 玉ねぎスープ 麩とかぶの煮物	米 白玉麩、片栗粉		玉ねぎ かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
4 月	午前食	10倍粥 かぼちゃのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		かぼちゃ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
5 火	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	玉ねぎ 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
6 水	午前食	くたくたうどん さつま芋のスープ しらすと野菜の煮物	干しうどん さつま芋 片栗粉	しらす干し	かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
7 木	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	キャベツ 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
8 金	午前食	10倍粥 白菜スープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	白菜 かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
9 土	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	キャベツ 玉ねぎ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
12 火	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
13 水	午前食	10倍粥 かぶのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 じゃが芋、白玉麩、片栗粉		かぶ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
14 木	午前食	10倍粥 さつま芋のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 さつま芋 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
15 金	午前食	10倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	大根 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
16 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 人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
18 月	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 麩とかぼちゃのマッシュ	米 白玉麩、片栗粉		玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
19 火	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	玉ねぎ 人参、大根	昆布だし汁 昆布だし汁
20 水	午前食	くたくたうどん さつま芋のスープ しらすと野菜の煮物	干しうどん さつま芋 片栗粉	しらす干し	かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁 昆布だし汁
21 木	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	キャベツ 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
22 金	午前食	10倍粥 白菜のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	白菜 かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
23 土	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 キャベツ 片栗粉	絹ごし豆腐	玉ねぎ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
25 月	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ しらすと野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	しらす干し	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
26 火	午前食	10倍粥 じゃが芋のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁 昆布だし汁
27 水	午前食	10倍粥 かぶのスープ 麩とじゃが芋のマッシュ	米 白玉麩、片栗粉、じゃが芋		かぶ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
28 木	午前食	10倍粥 さつま芋のスープ しらすと野菜の煮物	米 さつま芋 片栗粉	しらす干し	かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
29 金	午前食	10倍粥 大根のスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	大根 人参、たま	昆布だし汁 昆布だし汁
30 土	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、玉ねぎ	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。

