

🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 初期食 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

令和7年9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月	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
2火	午前食	10倍粥 大根のスープ しらすと野菜の煮物	米 片栗粉	しらす干し	大根 かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
3水	午前食	10倍粥 かぶのスープ 白身魚のトマト煮	米 片栗粉	カレイ	かぶ 人参、トマト、小松菜	昆布だし汁 昆布だし汁
4木	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、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁
5金	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	キャベツ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
6土	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
8月	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	ほうれん草 キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
9火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	ほうれん草 大根、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
10水	午前食	10倍粥 白菜のスープ 白玉麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		白菜 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
11木	午前食	10倍粥 さつまいものスープ 豆腐と野菜の煮物	米 さつまいも 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
12金	午前食	10倍粥 かぶのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	かぶ キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
13土	午前食	10倍粥 大根のスープ 白玉麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		大根 小松菜、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
16火	午前食	10倍粥 大根のスープ しらすと野菜の煮物	米 片栗粉	しらす干し	大根 かぶ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
17水	午前食	10倍粥 かぶのスープ 白身魚のトマト煮	米 片栗粉	カレイ	かぶ 人参、トマト、小松菜	昆布だし汁 昆布だし汁
18木	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、キャベツ	昆布だし汁 昆布だし汁
19金	午前食	10倍粥 キャベツのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	カレイ	キャベツ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
20土	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参	昆布だし汁 昆布だし汁
22月	午前食	10倍粥 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	玉ねぎ かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
24水	午前食	10倍粥 白菜のスープ 白玉麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		白菜 人参、ほうれん草	昆布だし汁 昆布だし汁
25木	午前食	10倍粥 さつまいものスープ 豆腐と野菜の煮物	米 さつまいも 片栗粉	絹ごし豆腐	かぼちゃ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
26金	午前食	10倍粥 かぶのスープ 白身魚と野菜の煮物	米 片栗粉	カレイ	かぶ キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
27土	午前食	10倍粥 大根のスープ 白玉麩と野菜の煮物	米 白玉麩、片栗粉		大根 小松菜、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
29月	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	絹ごし豆腐	ほうれん草 キャベツ、人参	昆布だし汁 昆布だし汁
30火	午前食	10倍粥 ほうれん草のスープ 高野豆腐と野菜の煮物	米 片栗粉	高野豆腐	ほうれん草 大根、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。

