

令和8年4月分離乳食献立表

志木市立保育園

日付	曜日	献立名			主な食品群			
		午前おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群	
1	15	水	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 ひじきの炒り煮 三色酢の物 みそ汁	パン粥 具だくさんスープ ヨーグルト	牛乳,とり肉,かつお節,みそ	胚芽米,油,砂糖,片栗粉	ひじき,にんじん,ピーマン, きゅうり,もやし,キャベツ,ねぎ
2	16	木	ヨーグルト	三色軟飯 スティックチーズ 胡瓜のもみ漬け すまし汁	かつお節おじや じゃがいもやわらか煮 豆腐スープ	ヨーグルト,チーズ,豆腐,か つお節,あおのり	胚芽米,砂糖,じゃがいも	にんじん,さやえんどう,きゅ うり,たまねぎ,ねぎ
3	17	金	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 鮭フレーク 大根と胡瓜の甘酢和え みそ汁	パン粥 しらすスープ ヨーグルト	牛乳,塩ざけ,かつお節,み そ,しらす,ヨーグルト	胚芽米,砂糖,じゃがいも,食 パン	だいこん,きゅうり,たまねぎ, ねぎ
4	18	土	バナナ	スパゲティナポリタン やわらか胡瓜 麦茶	菜飯粥 挽肉スープ 玉葱のやわらか煮	ぶた肉	スパゲッティ,油,胚芽米	バナナ,たまねぎ,ピーマン, マッシュルーム,きゅうり
6	20	月	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 炒り豆腐 ほうれん草のみそ和え すまし汁	オニオンリゾット 青菜ソテー バナナ	豆腐,とり肉,かつお節,みそ	胚芽米,油,砂糖,焼きふ	にんじん,ほうれんそう,もや し,たまねぎ,バナナ
7	21	火	ヨーグルト	軟飯 さわらのカレーマヨフレー ク 中華風和え物 オニオンスープ	しらすリゾット 人参スープ 7日いちご 21日白桃缶	ヨーグルト,さわら,しらす	胚芽米,油,砂糖	キャベツ,もやし,にんじん, たまねぎ 7日 いちご 21日白桃缶
8	22	水	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 ポークミルクカレー キャベツといちごのサラダ 麦茶	キャベツリゾット 人参甘煮 清見オレンジ	ぶた肉,ミルク	胚芽米,じゃがいも,油,砂糖	たまねぎ,にんじん,ピーマ ン,キャベツ,いちご,レタス, きゅうり,清見オレンジ
9	23	木	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 大根と豆腐の煮物 ほうれん草の海苔和え すまし汁	人参粥 豆腐とほうれん草のスープ じゃがいものコンソメ煮	豆腐,のり,わかめ,かつお節	胚芽米,油,砂糖,じゃがいも	だいこん,にんじん,ほうれ んそう,もやし,たまねぎ,ね ぎ
10	24	金	りんご果汁	軟飯 鶏肉のトマト煮込み 菜果サラダ 麦茶	挽肉リゾット 野菜スープ りんごやわらか煮	とり肉	胚芽米,じゃがいも,油,砂糖	りんご果汁,たまねぎ,にん じん,にんにく,トマト缶,きゅ うり,レタス,りんご
11	25	土	バナナ	肉うどん スティックチーズ 麦茶	おかか粥 にんたまスープ ヨーグルト	ぶた肉,チーズ,かつお節, ヨーグルト	干しうどん,砂糖,胚芽米	バナナ,にんじん,ほうれん そう,たまねぎ,ねぎ
13	27	月	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 かれのいけチャップ和え 白菜の塩昆布和え みそ汁	野菜粥 大根スープ 白菜のくず煮	かれい,塩昆布,かつお節, みそ	胚芽米,片栗粉,油,砂糖,マ カロニ	しょうが,たまねぎ,パセリ,は くさい,きゅうり,だいこん,ね ぎ
14	28	火	ミルクまたは フォローアップ ミルク	軟飯 豚挽肉のみそ焼き 小松菜のツナ和え 中華スープ	ツナリゾット キャベツスープ 白桃缶	ぶた肉,ツナ缶,みそ,わかめ	胚芽米,砂糖,油	たまねぎ,こまつな,キャベ ツ,にんじん,白桃缶
	30	木	りんご果汁	軟飯 肉そぼろ キャベツのおかか和え みそ汁	かつお節粥 豆腐のくず煮 いちご	ぶた肉,とり肉,かつお節,豆 腐,みそ	胚芽米,砂糖,片栗粉	りんご果汁,たまねぎ,しょう が,キャベツ,にんじん,ねぎ, いちご

◇都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。