

2025年度 4がつ 25日 末吉にこここ保育園						
日 (曜)	ごっくん期（初期ごろ 5～6ヶ月ごろ）		もぐもぐ期（中期ごろ 7～8ヶ月ごろ）		かみかみ期（後期ごろ 9～11ヶ月ごろ）	
	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材
14 ・ 28 (月)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐とさつま芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 豆腐・さつま芋	おかゆ 鮭とさつま芋の煮物 ブロッコリーの煮物 えのきスープ	精白米・鮭・さつま芋 ブロッコリー・えのき かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ さつま芋コロッケ ブロッコリーの煮物 えのきスープ	精白米・さつま芋・豚ひき肉（赤身） ブロッコリー・えのき・パン粉 かつおだし・醤油・片栗粉・サラダ油
15 (火)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩とほうれん草のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・ほうれん草	パンがゆ ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 ほうれん草スープ	食パン・粉ミルク・ささみ・トマト きゅうり・ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 ほうれん草スープ	食パン・ささみ・トマト きゅうり・ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉
16 ・ 30 (水)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいと茄子のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・茄子	おかゆ かれいと小松菜の煮物 人参の煮物 茄子スープ	精白米・かれい・小松菜・人参 茄子 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ かれいと小松菜のカレー風煮 人参の煮物 茄子スープ	精白米・かれい・小松菜・人参 茄子・カレー粉 かつおだし・醤油・片栗粉
17 (木)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐とキャベツのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・キャベツ	うどん（葱） 大豆とキャベツの煮物 さつま芋の煮物	うどん・万能葱・大豆・キャベツ さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉	うどん（葱） 大豆とキャベツの煮物 さつま芋の煮物	うどん・万能葱・大豆・キャベツ さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉
18 (金)	つぶしがゆ 野菜スープ しらすとかぶのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・かぶ	ひじきがゆ しらすとかぶの煮物 南瓜の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・しらす・かぶ・南瓜 チンゲン菜・ひじき かつおだし・醤油・片栗粉	ひじきがゆ かぶのそぼろあんかけ 南瓜の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・豚ひき肉（赤身）・かぶ 南瓜・チンゲン菜・ひじき かつおだし・醤油・片栗粉
19 (土)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩と小松菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・小松菜	おかゆ ツナと小松菜の煮物 じゃが芋の煮物 もやしスープ	精白米・ツナ缶・小松菜・じゃが芋 もやし かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ツナと小松菜の煮物 じゃが芋の煮物 もやしスープ	精白米・ツナ缶・小松菜・じゃが芋 もやし かつおだし・醤油・片栗粉
21 (月)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいと人参のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 かれい	おかゆ かれいしめじの煮物 人参の煮物 ほうれん草スープ	精白米・かれい・しめじ・人参 ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ かれいしめじの煮物 人参の煮物 ほうれん草スープ	精白米・かれい・しめじ・人参 ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉
22 (火)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩とさつま芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 麩・さつま芋	パンがゆ 鮭とえのきの味噌煮 さつま芋の煮物 キャベツスープ	食パン・粉ミルク・鮭・えのき さつま芋・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉・味噌	食パン 鮭とえのきの味噌煮 さつま芋の煮物 キャベツスープ	食パン・鮭・えのき さつま芋・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉・味噌
9 ・ 23 (水)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐とブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・ブロッコリー	おかゆ 豆腐のトマト煮 ブロッコリーの煮物 コーンスープ	精白米・豆腐・トマト・ブロッコリー コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 豆腐のトマト煮 ブロッコリーの煮物 コーンスープ	精白米・豆腐・トマト・ブロッコリー コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉
10 ・ 24 (木)	つぶしがゆ 野菜スープ しらすときゅうりのくず煮	精白米・人参・玉葱 しらす・きゅうり	きな粉がゆ しらすときゅうりのあんかけ かぶの煮物 葱スープ	精白米・しらす・きゅうり・かぶ 万能葱・きな粉 かつおだし・醤油・片栗粉	きな粉がゆ しらすときゅうりのあんかけ かぶの煮物 葱スープ	精白米・しらす・きゅうり・かぶ 万能葱・きな粉 かつおだし・醤油・片栗粉
11 ・ 25 (金)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいと南瓜のマッシュ	精白米・人参・玉葱 かれい・南瓜	スープスパゲティ（チンゲン菜） ささみとえのきの煮物 南瓜の煮物	スパゲティ・チンゲン菜・ささみ えのき・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉	スープスパゲティ（チンゲン菜） チキンナゲット 南瓜の煮物	スパゲティ・チンゲン菜・鶏ひき肉 豆腐・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉・サラダ油
12 ・ 26 (土)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩と白菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・白菜	おかゆ 麩と白菜の煮物 大根の煮物 トマトスープ	精白米・麩・白菜・大根・トマト かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 麩と白菜の煮物 大根の煮物 トマトスープ	精白米・麩・白菜・大根・トマト かつおだし・醤油・片栗粉

＊後期食の後半は、主食のおかゆが軟飯になり、主菜のあんかけが無くなります。
 ＊材料の都合により、メニューに変更があることをご了承ください。　　＜献立作成者＞久保田