

2026年度 6がつ こ ん だ て 末吉にこにこ保育園						
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
1 15 29 (月)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいとじゃが芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 かれい・じゃが芋	おかゆ かれいとしめじの煮物 じゃが芋の煮物 小松菜スープ	精白米・かれい・しめじ じゃが芋・小松菜 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ かれいとしめじの煮物 じゃが芋の煮物 小松菜スープ	精白米・かれい・しめじ じゃが芋・小松菜 かつおだし・醤油・片栗粉
2 16 30 (火)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐とチンゲン菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・チンゲン菜	おかゆ 豆腐といんげんのあんかけ 人参の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・豆腐・いんげん 人参・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 豆腐ハンバーグ 人参の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・豆腐・豚ひき肉（赤身） 人参・チンゲン菜 サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉
3 ・ 17 (水)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・麩と南瓜のマッシュ	精白米・人参・玉葱 麩・南瓜	パンがゆ ささみとほうれん草の煮物 南瓜の煮物 キャベツスープ	食パン・粉ミルク・ささみ ほうれん草・南瓜・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉	食パン ささみとほうれん草の煮物 南瓜の煮物 キャベツスープ	食パン・ささみ ほうれん草・南瓜・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉
4 ・ 18 (木)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・しらすとブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・ブロッコリー	おかゆ 鮭と玉葱の煮物 ブロッコリーの煮物 もやしスープ	精白米・鮭・玉葱 ブロッコリー・もやし かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 鮭と玉葱の煮物 ブロッコリーの煮物 もやしスープ	精白米・鮭・玉葱 ブロッコリー・もやし かつおだし・醤油・片栗粉
5 ・ 19 (金)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・かれいとかぶのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・かぶ	うどん(葱) しらす白菜のあんかけ かぶの煮物	うどん・万能葱・しらす・白菜 かぶ かつおだし・醤油・片栗粉	うどん(葱) しらす白菜のカレー風あんかけ かぶの煮物	うどん・万能葱・しらす・白菜 かぶ カレー粉 かつおだし・醤油・片栗粉
6 ・ 20 (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 きゅうりの煮物 トマトスープ	精白米・ツナ缶・小松菜 きゅうり・トマト かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ツナと小松菜の煮物 きゅうりの煮物 トマトスープ	精白米・ツナ缶・小松菜 きゅうり・トマト かつおだし・醤油・片栗粉
8 ・ 22 (月)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・豆腐と人参のくず煮	精白米・人参・玉葱 豆腐	おかゆ 豆腐と茄子の煮物 人参の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・豆腐・茄子・人参 チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 茄子のそぼろあんかけ 人参の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・豚ひき肉（赤身） 茄子・人参・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉
9 ・ 23 (火)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・しらすとキャベツのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・キャベツ	パンがゆ ささみと葱のあんかけ 南瓜の煮物 キャベツスープ	食パン・粉ミルク・ささみ・万能葱 南瓜・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉	食パン ささみと葱のあんかけ 南瓜の煮物 キャベツスープ	食パン・ささみ・万能葱 南瓜・キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉
10 ・ 24 (水)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・かれいとほうれん草とトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・ほうれん草	おかゆ かれいとじゃが芋の煮物 ほうれん草の煮物 しめじスープ	精白米・かれい・じゃが芋 ほうれん草・しめじ かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ じゃが芋納豆お焼き ほうれん草の煮物 しめじスープ	精白米・じゃが芋・納豆 ほうれん草・しめじ・青海苔 サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉
11 ・ 25 (木)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・豆腐ときゅうりのくず煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・きゅうり	おかゆ 鮭と小松菜の味噌煮 きゅうりの煮物 えのきスープ	精白米・鮭・小松菜・きゅうり えのき かつおだし・醤油・片栗粉・味噌	おかゆ 鮭と小松菜の味噌煮 きゅうりの煮物 えのきスープ	精白米・鮭・小松菜・きゅうり えのき かつおだし・醤油・片栗粉・味噌
12 ・ 26 (金)	つぶしがゆ ・野菜スープ ・しらすとブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・ブロッコリー	スープスパゲティ(コーン) ツナのトマト煮 ブロッコリーの煮物	スパゲティ・コーン缶・ツナ缶 トマト・ブロッコリー かつおだし・醤油・片栗粉	スープスパゲティ(コーン) ツナのトマト煮 ブロッコリーの煮物	スパゲティ・コーン缶・ツナ缶 トマト・ブロッコリー かつおだし・醤油・片栗粉
13 ・ 27 (土)	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	おかゆ 大豆とさつま芋のあんかけ かぶの煮物 いんげんスープ	精白米・大豆・さつま芋 かぶ・いんげん かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 大豆とさつま芋のあんかけ かぶの煮物 いんげんスープ	精白米・大豆・さつま芋 かぶ・いんげん 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