



予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎ア-モンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
5月	昼	・ごはん ・さばの照り焼き ・高野とひじきとの煮物 ・すまし汁	サバ 高野豆腐, 芽ひじき, だし昆布, かつお節 だし昆布, かつお節, わかめ	人参, いんげん	米 上白糖 麩	醤油, みりん風 醤油, みりん風 醤油, 塩
	10	・アンパンマンせんべい ・麦茶			アンパンマンせんべい	麦茶
	3	・プリン ・麦茶	②牛乳		②プリンの素, 上白糖	熱湯 麦茶
6火	昼	・キーマカレー	豚ひき肉	玉ねぎ, 人参	米, サラダ油, 上白糖	鶏がらスープ ②カレーフレーク, トマトケチャップ 中濃ソース 醤油 鶏がらスープ, 醤油
	10	・春雨サラダ ・中華スープ ・バナナ		ほうれん草, コーン, 人参 玉ねぎ, キャベツ バナナ	はるさめ, 上白糖, サラダ油 じゃが芋	
	3	・チーズ ・麦茶	②チーズ			麦茶
7水	昼	・今川焼き (カスタード) ・麦茶			①②今川焼	麦茶
	10	・しおラーメン ・ぎょうざ ・花みかん	豚ひき肉 餃子	玉ねぎ, 人参, 長ねぎ, いんげん みかん	中華麺, ごま油, サラダ油	鶏がらスープ, 醤油, 塩 醤油
	3	・マリービスケット ・牛乳	②牛乳		②マリー	
8木	昼	・七草がゆ ・麦茶		春の七草, 菜めし	米	麦茶
	10	・ごはん ・照り焼きチキン ・白菜の塩昆布和え ・みそ汁	鶏肉 塩ふき昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	白菜, ほうれん草, 人参 もやし, しめじ かぼちゃ	米	醤油, みりん風
	3	・ふかしかぼちゃ ・麦茶				麦茶
9金	昼	・レーズン蒸しパン	調整豆乳	レーズン	ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油	
	10	・牛乳 ・ごはん ・鶏だいこん ・ブロッコリーごまドレサラダ ・みそ汁	②牛乳 鶏肉, かつお節, だし昆布 紅蒲鉾 だし昆布, かつお節, 味噌, 油揚げ	大根, 人参 ブロッコリー, きゅうり 万能ねぎ, 白菜	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 ごま	醤油, みりん風 ①焙煎胡麻ドレッシング, 醤油
	3	・星たべよ ・麦茶			星食べよ	麦茶
10土	昼	・ふかしさつま芋 ・牛乳	②牛乳		さつま芋	
	10	・中華丼 ・わかめのさっぱり和え ・ほうれん草スープ	紅蒲鉾, 豚肉 わかめ	白菜, 玉ねぎ, 人参, ピーマン キャベツ, コーン 玉ねぎ, えのき, ほうれん草	米, サラダ油, 片栗粉, ごま油 上白糖	鶏がらスープ, 料理酒, 塩, 醤油 酢, 醤油 鶏がらスープ, 醤油
	3	・ぱりんこ ・麦茶			ぱりんこ	麦茶
13火	昼	・バウムクーヘン ・牛乳	②牛乳		①②Caバウムクーヘン	
	10	・ごはん ・メンチカツ ・切干大根のサラダ ・すまし汁	②メンチカツ ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節, 紅蒲鉾, わかめ	切干大根, ほうれん草, 人参	米 サラダ油 上白糖	中濃ソース 酢, 醤油 醤油, 塩
	3	・ビスコ ・牛乳	②牛乳		②ビスコ	
14水	昼	・きなこスコーン ・牛乳	②牛乳		ホットケーキミックス サラダ油, 上白糖	
	10	・ごはん ・さばのみそ煮 ・竹輪と白菜のごまマヨ和え ・みそ汁 ・バナナ	サバ, 味噌 ちくわ だし昆布, かつお節, 味噌	しょうが 小松菜, 白菜 万能ねぎ, 玉ねぎ バナナ	米 上白糖 ごま じゃが芋	みりん風, 醤油 マヨネーズ風, 醤油
	3	・ふかしさつま芋 ・牛乳	②牛乳		さつまいも	
15木	昼	・いちごのババロア ・麦茶	②牛乳		②ババロアの素	麦茶
	10	・ごはん ・鶏肉のマーマレード焼き ・フレンチサラダ (チーズ) ・コンソメスープ	鶏肉 ②チーズ ウィンナー	キャベツ, きゅうり, コーン 玉ねぎ, 人参	米 マーマレード ①ドレッシング	醤油, 料理酒 塩 コンソメ, 醤油
	3	・ばかうけ ・麦茶			ばかうけ (青のり)	麦茶
16金	昼	・フライドポテト ・リンゴジュース		りんごジュース	ストレートポテト, サラダ油	塩
	10	・ごはん ・マーボー豆腐	木綿豆腐, 豚ひき肉, 味噌	玉ねぎ, 人参, にんにく しょうが, にら もやし, 人参, きゅうり オレンジ コーン, しめじ, ちんげん菜	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉 ごま油	醤油 醤油, 酢 鶏がらスープ, 醤油
	3	・ヨーグルト ・麦茶	②ヨーグルト			麦茶
17土	昼	・お麩ラスク ・牛乳	②牛乳		麩, ②バター, 上白糖	
	10	・豚丼 ・キャベツのおかか和え ・みそ汁	豚肉 かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌, 油揚げ	玉ねぎ キャベツ, 人参, 小松菜 大根	米, サラダ油, 上白糖	醤油, みりん風 醤油
	3	・カルシウムせんべい ・麦茶			カルシウムせんべい	麦茶
		・ぼんち揚げ ・アンパンマンジュース		りんごジュース	アンパンマンせんべい	



予献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎アーモンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう			
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
19月	昼	・ごはん ・チャブチエ(春雨炒め) ・ブロッコリーのツナマヨ和え ・わかめスープ	豚肉 ツナフレーク水煮 わかめ	玉ねぎ, にら, 赤パプリカ ブロッコリー, コーン 長ねぎ, えのき	米 サラダ油, 上白糖, ごま油, ごま, はるさめ	醤油 マヨネーズ風, 塩 鶏がらスープ, 醤油
	10	・たべっこどうぶつ ・麦茶			②たべっこどうぶつ	麦茶
	3	・揚げドーナツきな粉がけ	調整豆乳, きな粉		ホットケーキミックス サラダ油, 上白糖	
20火	昼	・オムライス ・マカロニサラダ ・コンソメスープ ・花みかん	鶏ひき肉, ①おライスシート ハム	玉ねぎ, 人参, グリンピース きゅうり キャベツ, 人参 みかん	米, ②バター マカロニ じゃが芋	コンソメ, トマトケチャップ, 塩 マヨネーズ風, 塩 コンソメ, 塩
	10	・マンナウエハース ・牛乳	②牛乳		②マンナウエ	
	3	・ショートケーキ	②ホイップクリーム		①②いちごショートケーキ ストロベリーソース	麦茶
21水	昼	・ごはん ・厚揚げの旨煮 ・キャベツのり和え ・みそ汁	豚ひき肉, 生揚げ(厚揚げ) さつま揚げ, のり だし昆布, かつお節, 味噌	大根, ピーマン キャベツ, きゅうり, 人参 万能ねぎ, 玉ねぎ, しめじ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	鶏がらスープ, 醤油, みりん風 醤油
	10	・クラッカー ・牛乳	②牛乳		ルヴァンクラッカー	
	3	・チーズ蒸しケーキ ・牛乳	②牛乳		①②チーズ蒸しケーキ	
22木	昼	・ハッシュドポーク(バター無) ・ポテトサラダ ・オレンジ	豚肉 ハム	玉ねぎ, にんにく, トマトピューレ きゅうり, 人参 オレンジ	米, サラダ油, 上白糖 片栗粉 じゃがいも	鶏がらスープ トマトケチャップ, 中濃ソース, 醤油 マヨネーズ風, 塩
	10	・アンパンマンせんべい ・牛乳	②牛乳		アンパンマンせんべい	
	3	・チキンナゲット ・麦茶	②チキンナゲット			トマトケチャップ 麦茶
23金	昼	・肉うどん ・えびしゅうまい ・バナナ	豚肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参, しいたけ, 万能ねぎ バナナ	うどん	醤油, みりん風, 料理酒 ①⑥えびシューマイ, 醤油
	10	・マリービスケット ・牛乳	②牛乳		②マリー	
	3	・さけおにぎり ・麦茶	鮭フレーク		米	麦茶
24土	昼					
	10	・カルシウムせんべい ・麦茶			カルシウムせんべい	麦茶
	3					
26月	昼	・ごはん ・ポークチャップ ・ひじきと小松菜サラダ ・やさしいスープ	豚肉 芽ひじき	玉ねぎ 小松菜, 人参 かぼちゃ, キャベツ, コーン	米 片栗粉, サラダ油, 上白糖	塩, 鶏がらスープ, トマトケチャップ マヨネーズ風, 塩 鶏がらスープ, 塩
	10	・ビスコ ・牛乳	②牛乳		②ビスコ	
	3	・コーンフレークおこし ・牛乳	②牛乳		コーンフレーク, マシュマロ, サラダ油	
27火	昼	・ごはん ・肉じゃが ・ツナサラダ ・みそ汁	豚肉, かつお節, だし昆布 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参, シラタキ, いんげん ブロッコリー, きゅうり 白菜, 人参	米 じゃが芋, 上白糖 上白糖, サラダ油	醤油 酢, 醤油
	10	・ぼたぼた焼き ・麦茶			ぼたぼた焼き	麦茶
	3	・焼きビーフン ・牛乳	豚肉 ②牛乳	玉ねぎ, 人参	ビーフン, サラダ油	鶏がらスープ, 醤油, 塩
28水	昼	・ごはん ・タラのみぞれ煮 ・きんぴらごぼう ・みそ汁	助宗だら, かつお節, だし昆布 さつま揚げ だし昆布, かつお節, 味噌, 木綿豆腐, わかめ	しょうが, 大根, 万能ねぎ きんぴらごぼう, いんげん	米 片栗粉, サラダ油, 上白糖	醤油, みりん風
	10	・ばかうけ ・麦茶			ばかうけ(青のり)	麦茶
	3	・ぶどうゼリー ・麦茶			カップゼリーの素	麦茶
29木	昼	・鶏みそ丼 ・高野とかぼちゃ煮 ・すまし汁	鶏肉, 味噌 高野豆腐, かつお節, だし昆布 だし昆布, かつお節	玉ねぎ, にんにく, ピーマン かぼちゃ キャベツ, ほうれん草	米, サラダ油, 上白糖 上白糖	醤油, みりん風 醤油, みりん風 醤油, 塩
	10	・ぱりんこ ・麦茶			ぱりんこ	麦茶
	3	・シュガートースト ・牛乳	②牛乳		②食パン, ②バター, 上白糖	
30金	昼	・ごはん ・ふりかけ ・ごましお ・鶏のから揚げ ・ポテトサラダ ・ウインナー ・花人参 ・花みかん	鶏肉 ハム ポークウインナー	しょうが きゅうり, 人参, コーン 人参 みかん	米 ごま 片栗粉, サラダ油 じゃが芋	ふりかけ 塩 醤油, みりん風 マヨネーズ風, 塩
	10	・アンパンマンせんべい ・アンパンマンジュース			アンパンマンせんべい	麦茶
	3	・どら焼き ・牛乳	②牛乳		①どら焼き	
31土	昼	・そぼろ丼 ・ほうれん草のごま和え ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節, 味噌, わかめ	玉ねぎ, コーン, しょうが ほうれん草, もやし, 人参 キャベツ	米, サラダ油, 上白糖 ごま, 上白糖	醤油, みりん風 醤油
	10	・星たべよ ・牛乳	②牛乳		星たべよ	
	3	・メロンパン ・牛乳	②牛乳		①②メロンパン	

献立種類	(店) 幼児食					(店) 乳児食				
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
平均栄養価	575 kcal	22.4 g	20.3 g	79.6 g	1.8 g	411 kcal	16.4 g	14.0 g	57.6 g	1.3 g



離乳食中期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎ア-モンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	料理名	ざいりょう			その他
		赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
5月	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・さかなの煮付け ・高野豆腐の煮物	助宗だら 高野豆腐, だし昆布, かつお節	ほうれん草 人参, いんげん	米 上白糖, 片栗粉	醤油
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
6火	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 バナナ	米 じゃが芋, 片栗粉	
	10 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
	3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
7水	昼 ・煮込みうどん 煮奴 ・花みかん	鶏ひき肉, だし昆布, かつお節 木綿豆腐, かつお節	玉ねぎ, 人参 みかん	うどん, 片栗粉	
	10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 雑炊 ・麦茶		小松菜	米	麦茶
8木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・蒸し鶏 ・白菜の和え物	鶏ささみ, かつお節, だし昆布	白菜, ほうれん草, 人参	米 片栗粉	
	10 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
	3 ・きなこパン粥 ・麦茶	きな粉		②食パン	麦茶
9金	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏だいこん ・ポイルブロッコリー	鶏ささみ, かつお節, だし昆布	大根, 人参 ブロッコリー	米 片栗粉	
	10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつま芋	麦茶
10土	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・豆腐の煮物	絹豆腐, 鶏ひき肉, かつお節 だし昆布	白菜, 人参 キャベツ	米 片栗粉	
	10 ・ポイルキャベツ ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
13火	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏と大根の煮物 ほうれん草サラダ	鶏ひき肉, かつお節	大根 ほうれん草, 人参	米	
	10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・きなこパン粥 ・麦茶	きな粉		②食パン	麦茶
14水	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・さかなの煮付け ・バナナ	助宗だら	バナナ	米 片栗粉	
	10 ・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
	3 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
15木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) 鶏ささみとキャベツ煮 ・煮りんご	鶏ささみ, かつお節, だし昆布	キャベツ りんご	米 片栗粉	醤油
	10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
16金	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・豆腐のそぼろ煮 ・オレンジ(房取)	鶏ひき肉, 木綿豆腐	玉ねぎ, 人参 オレンジ	米 片栗粉	
	10 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
	3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
17土	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏とキャベツ煮 ・小松菜の和え物	鶏ひき肉	キャベツ, 玉ねぎ 小松菜, 人参	米 上白糖	醤油
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶



離乳食中期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎ア-モンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	料理名	ざいりょう			その他
		赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
19月	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉のあんどじ ・ブロッコリー	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 赤パプリカ ブロッコリー	米 片栗粉	
	10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・きなこパン粥 ・麦茶	きな粉		②食パン	麦茶
20火	昼 やさい雑炊 ・鶏のケチャップ煮 ・みかん(房取)	鶏ささみ	ピーマン, 玉ねぎ 玉ねぎ, ピーマン みかん	米 片栗粉	麦茶 醤油
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
21水	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・大根のそぼろ煮 ・キャベツの和えもの	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	大根, ピーマン キャベツ, きゅうり, 人参	米 片栗粉	
	10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
22木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏ささみ煮 ・オレンジ(房取)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布	玉ねぎ オレンジ	米 片栗粉	
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
23金	昼 ・煮込みうどん ・ふかしさつま芋 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 万能ねぎ バナナ	うどん さつまいも	
	10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・麦茶		ほうれん草	米	麦茶
24土	昼				
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3				
26月	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・鶏肉の煮物 ・小松菜サラダ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ 小松菜, 人参	米 片栗粉	
	10 ・ハイハイ ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト			麦茶
27火	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・ブロッコリーサラダ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー, きゅうり	米 じゃが芋, 片栗粉	
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ・煮込みうどん ・麦茶	かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参	うどん	麦茶
28水	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・さかなと大根煮 ・人参の煮物	助宗だら	大根, 万能ねぎ 人参, いんげん	米 片栗粉	
	10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
29木	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・とりやさい煮 ・かぼちゃの煮物	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参, ピーマン かぼちゃ	米 片栗粉	
	10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶
30金	昼 ・中期粥(5分粥~全粥80g) ・蒸し鶏 ・ポテトサラダ ・みかん(房取)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布	きゅうり, 人参 みかん	米 片栗粉 じゃが芋	塩
	10 ・アンパンマンベビーせんべい ・麦茶			アンパンマンベビーせんべい	麦茶
	3 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
31土	昼 ・そぼろ粥 ・ほうれん草和え	鶏ひき肉	玉ねぎ, コーン ほうれん草, 人参	米, 上白糖	麦茶 醤油
	10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3 ・パン粥 ・麦茶			②食パン	麦茶

献立種類	(店)離乳中期				
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
平均栄養価	181 kcal	8.0 g	3.1 g	32.0 g	0.2 g



離乳食後期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎7-mond, G:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう			その他
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
5月	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・さかなの煮付け ・高野とひじきの煮物 ・みそ汁(離乳食用)	助宗だら 高野豆腐, 芽ひじき, だし昆布, かつお節 かつお節, だし昆布, 味噌, わかめ	ほうれん草 人参, いんげん	米 上白糖, 片栗粉 上白糖 麩	醤油 醤油
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
6火	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・みそ汁 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参 玉ねぎ, キャベツ バナナ	米 じゃが芋, 上白糖, 片栗粉	醤油
	10	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
7水	昼	・煮込みうどん 煮奴 ・花みかん	鶏ひき肉, だし昆布, かつお節 木綿豆腐, かつお節	玉ねぎ, 人参 みかん	うどん, 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油
	10	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
	3	雑炊 ・麦茶		小松菜	米	麦茶
8木	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・鶏肉のケチャップ煮 ・白菜の和え物 ・みそ汁(離乳食用)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	白菜, ほうれん草, 人参 もやし, しめじ かぼちゃ	米 上白糖, 片栗粉	トマトケチャップ 醤油
	10	・ふかしかぼちゃ ・麦茶				麦茶
	3	・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
9金	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・鶏だいこん ・ポイルブロッコリー ・みそ汁(離乳食用)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	大根, 人参 ブロッコリー 白菜	米 上白糖, 片栗粉	醤油
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつま芋	麦茶
10土	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・豆腐の煮物 ・ほうれん草スープ(離乳食用)	絹豆腐, 鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	白菜, 人参 玉ねぎ, ほうれん草	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油, 塩
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
13火	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・鶏と大根のみそ煮 ・ほうれん草サラダ ・すまし汁	鶏ひき肉, かつお節, 味噌 ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布, わかめ	大根 ほうれん草, 人参	米 上白糖 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
	10	・マンナウエハース ・麦茶			②マンナウエアー	麦茶
	3	・きなこ食パン ・麦茶	きな粉		②食パン, 上白糖	麦茶
14水	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・さかなの煮付け ・みそ汁 ・バナナ	助宗だら だし昆布, かつお節, 味噌	万能ねぎ, 玉ねぎ バナナ	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油
	10	・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
	3	・ぶどうゼリー ・麦茶			ぶどうゼリー	麦茶
15木	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・鶏ささみとキャベツ煮 ・すまし汁 ・煮りんご	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	キャベツ 玉ねぎ, 人参 りんご	米 片栗粉	醤油 醤油
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
16金	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・豆腐のそぼろ煮 ・オレンジ(房取) ・やさいスープ(離乳食用)	鶏ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布	人参, 玉ねぎ オレンジ しめじ, ちんげん菜	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油, 塩
	10	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
17土	昼	・後期粥(全粥~軟飯80g) ・挽肉とキャベツ煮 ・小松菜の和え物 ・みそ汁	鶏ひき肉 かつお節, だし昆布, 味噌	キャベツ, 玉ねぎ 小松菜, 人参 大根	米 上白糖	醤油 醤油
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・マンナウエハース ・麦茶			②マンナウエアー	麦茶



離乳食後期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H: くるみ, E: カシュー, ◎7-mond°, G: いくら, B: たら

認定こども園あおぞら北

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう			その他
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
19	月	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・豚肉のあんとし ・ツナブロッコリーサラダ ・わかめスープ(離乳食用)	豚ひき肉, かつお節, だし昆布 ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布, わかめ	玉ねぎ, 赤パプリカ ブロッコリー 長ねぎ, えのき	米 上白糖, 片栗粉	醤油 塩 醤油
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ° スケット	麦茶
		3 ・きな粉パンケーキ ・麦茶	調整豆乳, きな粉		ホットケーキミックス, サラダ油, 上白糖	麦茶
20	火	昼 ・やさい雑炊 ・鶏のケチャップ煮 ・やさいスープ ・みかん(房取)	鶏ささみ かつお節, だし昆布	ピーマン, 玉ねぎ 玉ねぎ, ピーマン キャベツ, 人参 みかん	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油 トマトケチャップ, 塩 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
21	水	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・大根のそぼろ煮 離乳後 ・キャベツの塩もみ ・みそ汁(離乳食用)	豚ひき肉, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	大根, ピーマン キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ, しめじ	米 上白糖, 片栗粉	醤油 塩
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
22	木	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・鶏肉のケチャップ煮 ・ポテトサラダ ・オレンジ(房取)	鶏ささみ	玉ねぎ きゅうり, 人参 オレンジ	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	トマトケチャップ 塩
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
23	金	昼 ・煮込みうどん ・さつま芋の甘煮 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参, 万能ねぎ バナナ	うどん さつま芋, 上白糖	醤油
		10 ・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ° スケット	麦茶
		3 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・麦茶		ほうれん草	米	麦茶
24	土	昼 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		10 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・豚肉のケチャップ煮 ・ひじきと小松菜サラダ ・やさいスープ(離乳食用)	豚ひき肉 芽ひじき かつお節, だし昆布	玉ねぎ 小松菜, 人参 かぼちゃ, キャベツ	米 片栗粉, 上白糖	トマトケチャップ 醤油 醤油, 塩
		3 ・マンナビスケット ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
26	月	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・ツナサラダ ・みそ汁	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布, 味噌	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー, きゅうり 白菜, 人参	米 じゃが芋, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・煮込みうどん ・麦茶	かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参	うどん	醤油 麦茶
27	火	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・さかなと大根煮 ・人参の煮物 ・みそ汁(離乳食用)	助宗だら かつお節, だし昆布, 味噌, 木綿豆腐, わかめ	大根, 万能ねぎ 人参, いんげん	米 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
28	水	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・とりのみそ煮 ・高野とかぼちゃ煮 ・みそ汁(離乳食用)	鶏ささみ, 味噌 高野豆腐, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	玉ねぎ, ピーマン かぼちゃ キャベツ, ほうれん草	米 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油
		10 ・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
		3 ・シュガーパン ・麦茶			②食パン, サラダ油, 上白糖	麦茶
29	木	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・蒸し鶏 ・ポテトサラダ ・きのこスープ(離乳食用)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	きゅうり, 人参 しめじ, 万能ねぎ みかん	米 片栗粉 じゃが芋	醤油 塩 醤油, 塩
		10 ・アンパンマンベビーせんべい ・麦茶			アンパンマンベビーせんべい	麦茶
		3 ・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
30	金	昼 ・そぼろ粥 ・ほうれん草のごま和え ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節, 味噌, わかめ	玉ねぎ ほうれん草, もやし, 人参 キャベツ	米, 上白糖 ごま, 上白糖	醤油 醤油
		10 ・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
		3 ・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
31	土	昼 ・後期粥(全粥~軟飯80g) ・蒸し鶏 ・ポテトサラダ ・きのこスープ(離乳食用)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	きゅうり, 人参 しめじ, 万能ねぎ みかん	米 片栗粉 じゃが芋	醤油 塩 醤油, 塩
		10 ・アンパンマンベビーせんべい ・麦茶			アンパンマンベビーせんべい	麦茶
		3 ・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶

献立種類	(店)離乳後期				
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
平均栄養価	256 kcal	9.8 g	3.8 g	46.8 g	0.6 g



離乳食完了期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎アーモンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
5月	昼	・完了ごはん (80g) ・さかなの煮付け ・高野とひじきの煮物 ・みそ汁 (離乳食用)	助宗だら 高野豆腐, 芽ひじき, だし昆布, かつお節 かつお節, だし昆布, 味噌, わかめ	ほうれん草 人参, いんげん	米 上白糖, 片栗粉 上白糖 麩	醤油 醤油
	10	・ソフト塩せん ・麦茶			ソフト塩せん	
	3	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
6火	昼	・完了ごはん (80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・みそ汁 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参 玉ねぎ, キャベツ バナナ	米 じゃが芋, 上白糖, 片栗粉	醤油
	10	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
7水	昼	・煮込みうどん 煮奴 ・花みかん	鶏ひき肉, だし昆布, かつお節 木綿豆腐, かつお節	玉ねぎ, 人参 みかん	うどん, 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油
	10	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
	3	雑炊 ・麦茶		小松菜	米	麦茶
8木	昼	・完了ごはん (80g) ・鶏肉のケチャップ煮 ・白菜の和え物 ・みそ汁 (離乳食用)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	白菜, ほうれん草, 人参 もやし, しめじ	米 上白糖, 片栗粉	トマトケチャップ 醤油
	10	・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
	3	・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
9金	昼	・完了ごはん (80g) ・鶏だいこん ・ボイルブロッコリー ・みそ汁	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	大根, 人参 ブロッコリー 白菜	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	醤油
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつま芋	麦茶
10土	昼	・完了ごはん (80g) ・豆腐の煮物 ・わかめの和え物 ・ほうれん草スープ (離乳食用)	絹豆腐, 鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 わかめ かつお節, だし昆布	白菜, 人参 キャベツ 玉ねぎ, ほうれん草	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油 醤油, 塩
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
13火	昼	・完了ごはん (80g) ・鶏と大根のみそ煮 ほうれん草サラダ ・すまし汁	鶏ひき肉, かつお節, 味噌 ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布, わかめ	大根 ほうれん草, 人参	米 上白糖 麩	醤油 醤油 醤油, 塩
	10	・マンナウエハース ・麦茶			②マンナウエアー	麦茶
	3	・きなこ食パン ・麦茶	きな粉		②食パン, 上白糖	麦茶
14水	昼	・完了ごはん (80g) ・さかなの煮付け ・みそ汁 ・バナナ	助宗だら だし昆布, かつお節, 味噌	万能ねぎ, 玉ねぎ バナナ	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油
	10	・ふかしさつま芋 ・麦茶			さつまいも	麦茶
	3	・ぶどうゼリー ・麦茶			ぶどうゼリー	麦茶
15木	昼	・完了ごはん (80g) 鶏ささみとキャベツ煮 すまし汁 ・りんご	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	キャベツ 玉ねぎ, 人参 りんご	米 片栗粉	醤油 醤油
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
16金	昼	・完了ごはん (80g) ・豆腐のそぼろ煮 ・オレンジ(房取) ・やさいスープ (離乳食用)	鶏ひき肉, 木綿豆腐 かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参 オレンジ しめじ, ちんげん菜	米 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油, 塩
	10	ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
17土	昼	・完了ごはん (80g) ・挽肉とキャベツ煮 ・小松菜の和え物 ・みそ汁	鶏ひき肉 かつお節, だし昆布, 味噌	キャベツ, 玉ねぎ 小松菜, 人参 大根	米 上白糖	醤油 醤油
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・マンナウエハース ・麦茶			②マンナウエアー	麦茶



離乳食完了期 予定献立表

①卵, ②乳, ④そば, ⑤落花生, ⑥えび, ⑦かに, H:くるみ, E:カシュー, ◎アーモンド, C:いくら, B:たら

認定こども園あおぞら北

日	曜	料理名	ざ い り ょ う			
			赤: 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑: からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄: カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
19月	昼	・完了ごはん (80g) ・豚肉のあんとし ・ツナブロッコリーサラダ ・わかめスープ	豚ひき肉, かつお節, だし昆布 ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布, わかめ	玉ねぎ, 赤パプリカ ブロッコリー 長ねぎ, えのき	米 上白糖, 片栗粉	醤油 塩 醤油
	10	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
	3	・きな粉パンケーキ ・麦茶	調整豆乳, きな粉		ホットケーキミックス, サラダ油, 上白糖	麦茶
20火	昼	やさい雑炊 ・鶏のケチャップ煮 ・やさいスープ ・みかん(房取)	鶏ささみ かつお節, だし昆布	ピーマン, 玉ねぎ 玉ねぎ, ピーマン キャベツ, 人参 みかん	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	醤油 トマトケチャップ, 塩 塩
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
21水	昼	・完了ごはん (80g) ・大根のそぼろ煮 離乳後 ・キャベツの塩もみ ・みそ汁	豚ひき肉, かつお節, だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌	大根, ピーマン キャベツ, きゅうり, 人参 玉ねぎ, しめじ	米 上白糖, 片栗粉	醤油 塩
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶
22木	昼	・完了ごはん (80g) ・鶏肉のケチャップ煮 ・ポテトサラダ ・オレンジ(房取)	鶏ささみ	玉ねぎ きゅうり, 人参 オレンジ	米 上白糖, 片栗粉 じゃが芋	トマトケチャップ 塩
	10	・ソフト塩せん ・麦茶			ソフト塩せん	麦茶
	3	・ふかしじゃが芋 ・麦茶			じゃが芋	麦茶
23金	昼	・煮込みうどん ・さつま芋の甘煮 ・バナナ	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参, 万能ねぎ バナナ	うどん さつま芋, 上白糖	醤油
	10	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
	3	・さけ雑炊 ・麦茶	鮭フレーク		米	麦茶
24土	昼					
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3					
26月	昼	・完了ごはん (80g) ・豚肉のケチャップ煮 ・ひじきと小松菜サラダ ・やさいスープ	豚ひき肉 芽ひじき かつお節, だし昆布	玉ねぎ 小松菜, 人参 かぼちゃ, キャベツ	米 片栗粉, 上白糖	トマトケチャップ 醤油 醤油, 塩
	10	・マンナビスケット ・麦茶			②マンナビ スケット	麦茶
	3	・ヨーグルト ・麦茶	②プレーンヨーグルト		上白糖	麦茶
27火	昼	・完了ごはん (80g) ・じゃが芋のそぼろ煮 ・ツナサラダ ・みそ汁	鶏ひき肉, かつお節, だし昆布 ツナフレーク水煮 だし昆布, かつお節, 味噌	玉ねぎ, 人参 ブロッコリー, きゅうり 白菜, 人参	米 じゃが芋, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・煮込みうどん ・麦茶	かつお節, だし昆布	玉ねぎ, 人参	うどん	醤油 麦茶
28水	昼	・完了ごはん (80g) ・さかなと大根煮 ・人参の煮物 ・みそ汁	助宗だら だし昆布, かつお節, 味噌, 木綿豆腐, わかめ	大根, 万能ねぎ 人参, いんげん	米 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油 醤油
	10	・ソフト塩せん ・麦茶			ソフト塩せん	麦茶
	3	・ふかしかぼちゃ ・麦茶		かぼちゃ		麦茶
29木	昼	・完了ごはん (80g) ・とりのみそ煮 ・高野とかぼちゃ煮 ・みそ汁 (離乳食用)	鶏ささみ, 味噌 高野豆腐, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布, 味噌	玉ねぎ, ピーマン かぼちゃ キャベツ, ほうれん草	米 上白糖, 片栗粉 上白糖	醤油
	10	・ソフト小魚せん ・麦茶			ソフト小魚せん	麦茶
	3	・シュガーパン ・麦茶			②食パン, サラダ油, 上白糖	麦茶
30金	昼	・完了ごはん (80g) ・蒸し鶏 ・ポテトサラダ ・きのこスープ (離乳食用) ・みかん(房取)	鶏ささみ, かつお節, だし昆布 かつお節, だし昆布	きゅうり, 人参 しめじ, 万能ねぎ みかん	米 片栗粉 じゃが芋	醤油 塩 醤油, 塩
	10	・アンパンマンベビーせんべい ・麦茶			アンパンマンベビーせんべい	麦茶
	3	・蒸しパン ・麦茶	調整豆乳		ホットケーキミックス, 上白糖	麦茶
31土	昼	・そぼろ粥 ・ほうれん草のごま和え ・みそ汁	鶏ひき肉 だし昆布, かつお節, 味噌, わかめ	玉ねぎ ほうれん草, もやし, 人参 キャベツ	米, 上白糖 ごま, 上白糖	醤油 醤油
	10	・がんばれ野菜家族 ・麦茶			ハイハイ	麦茶
	3	・食パン ・麦茶			②食パン	麦茶

献立種類	(店)完了食				
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
平均栄養価	276 kcal	10.4 g	3.9 g	50.9 g	0.7 g