



乳児食予定献立表



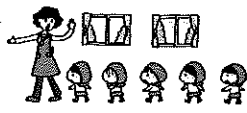
2026年10月

社会福祉法人白百合会 丸山台保育園

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
01 木	午前おやつ	ハイハイ(0,1歳児) おさかなチップ(2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	雑穀入りごはん みそ汁 肉じゃが 魚の塩焼き デザート	胚芽米、米、雑穀 じゃがいも、三温糖	米みそ(淡色辛みそ) 豚肉(ばら) さわか	はくさい、こまつな たまねぎ、にんじん かき	煮干だし汁、かつおだし汁 かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒 酒、食塩
	午後おやつ	和風きのこパスタ 牛乳	スパゲティ、三温糖、片栗粉	牛乳	ブナピー、しめじ、たまねぎ、ピーマン	かつおだし汁、しょうゆ、食塩
02 金	午前おやつ	かりんとう 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 ジュリアンスープ なすと挽き肉のトマト煮 ボイル野菜 バターコーン	胚芽米、米 油	鶏ひき肉、豚ひき肉 無塩バター	キャベツ、はくさい、にんじん なす、トマト、ピーマン、たまねぎ、トマトジュース等(食塩無添加)、にんにく ブロッコリー コーン缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ワイン(赤)、パセリ粉、食塩 食塩 食塩
	午後おやつ	パン ポタージュスープ	食パン じゃがいも	豆乳	かぼちゃ、たまねぎ	鳥がらだし汁、食塩、パセリ粉
03 土	午前おやつ	ハイハイ 麦茶				
	昼食	ごはん、 みそ汁 凍り豆腐とツナ煮 おかひ炒め デザート	胚芽米、米 さつまいも 三温糖、片栗粉 ごま油、三温糖	米みそ(淡色辛みそ) ツナ油漬缶、凍り豆腐 かつお節	エリンギ たまねぎ、にんじん 生わかめ、ピーマン りんご	煮干だし汁、かつおだし汁 みりん、しょうゆ、酒、食塩、かつおだし汁 しょうゆ
	午後おやつ	梨のコンポート 麦茶	玄米フレーク、三温糖		なし、レモン果汁	
05 月	午前おやつ	ビスケット 牛乳		牛乳		
	昼食	そばろごはん ひじきの煮物 チーズ	胚芽米、米、三温糖 三温糖	凍り豆腐 ちくわ チーズ	コーン缶、あおのり にんじん、ひじき	しょうゆ、酒 かつおだし汁、しょうゆ、酒
	午後おやつ	大学芋 牛乳	さつまいも、水あめ、油、三温糖	黒ごま 牛乳		しょうゆ
06 火	午前おやつ	ハイハイ(0歳児) せんべい(1,2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 魚のトマトカレー煮 のり塩ポテト おひたし	胚芽米、米 さといも、片栗粉、油	かじき	ホールトマト缶詰、たまねぎ、にんにく あおのり ほうれんそう	しょうゆ、食塩、カレー粉 食塩 しょうゆ
	午後おやつ	じゃこピザトースト 牛乳	食パン	ピザ用チーズ、しらす干し 牛乳	たまねぎ、ピーマン	ケチャップ
07 水	午前おやつ	玄米ぼんせん 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 みそけんちん汁 いがぐり揚げ ごまネーズサラダ	胚芽米、米 干しそうめん、片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ) 豚ひき肉、鶏ひき肉 かつお節、すりごま	だいこん、にんじん、だいこん(葉) たまねぎ 緑豆もやし、きゅうり オレンジ天然果汁、アガー	煮干だし汁、かつおだし汁
	午後おやつ	オレンジゼリー 牛乳	玄米フレーク、三温糖	牛乳		
08 木	午前おやつ	クラッカー 牛乳	クラッカー	牛乳		
	昼食	ごはん、 ツルリンスープ ソースレバカツ さつまいものみそバター	胚芽米、米 はるさめ パン粉、小麦粉 さつまいも、油、三温糖	豚レバー 米みそ(淡色辛みそ)、無塩バター ヨーグルト(無糖)	はくさい、こまつな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 中濃ソース、酒、食塩 みりん
	午後おやつ	なしソースグルト 麦茶	三温糖		なし、レモン果汁	

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
09 金	午前おやつ	ハイハイ(0,1歳児) おさかなチップ(2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	雑穀入りごはん みそ汁 魚のからあげ きのこあんかけ うま塩もやし	胚芽米、米、雑穀 片栗粉、油 片栗粉、三温糖 ごま油	絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ) さわら すりごま	ねぎ、生わかめ まいたけ、しめじ、えのきたけ 緑豆もやし	煮干だし汁、かつおだし汁 しょうゆ、酒 食酢(米酢)、しょうゆ 食塩
	午後おやつ	秋の味覚おこわ 麦茶	もち米、胚芽米、さつまいも	くり		酒、食塩
10 土	午前おやつ	玄米ぼんせん 麦茶				
	昼食	ごはん、 みそ汁 松風焼き ごま和え デザート	胚芽米、米 三温糖 三温糖	米みそ(淡色辛みそ) 鶏ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ごま すりごま	かぶ、かぶ・葉 たまねぎ 緑豆もやし、にんじん みかん	煮干だし汁、かつおだし汁 酒 しょうゆ
	午後おやつ	ベークドポテト 麦茶	じゃがいも			食塩、カレー粉
13 火	午前おやつ	かりんとう 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん チキン照り焼き 秋の五目煮 ゆかり和え	胚芽米、米 片栗粉 三温糖	鶏もも肉 油揚げ	にんじん、えのきたけ、刻みこんぶ、葉ねぎ かぶ、かぶ・葉	みりん、しょうゆ、酒 かつおだし汁、しょうゆ、酒 ゆかり
	午後おやつ	りんごのクランブル 牛乳	小麦粉、三温糖、油、水あめ	牛乳	りんご	
14 水	午前おやつ	ビスケット 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 みそ汁 秋野菜のチャンプル そばろ納豆	胚芽米、米 ごま油	米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、さけ水煮缶詰、米みそ(淡色辛みそ) 納豆	はくさい、こまつな にんじん、まいたけ、しめじ、葉ねぎ 切り干しだいこん	煮干だし汁、かつおだし汁 しょうゆ、酒 しょうゆ
	午後おやつ	焼きいも 牛乳	さつまいも	牛乳		
15 木	午前おやつ	ハイハイ(0歳児) せんべい(1,2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	雑穀入りごはん みそ汁 さばの塩焼き ゆず大根	胚芽米、米、雑穀	米みそ(淡色辛みそ) さば	キャベツ、にんじん、にら だいこん、だいこん(葉)、ゆず果汁	煮干だし汁、かつおだし汁 酒、食塩 食塩
	午後おやつ	ピクみそおやき 麦茶	胚芽米、米、三温糖	米みそ(淡色辛みそ)、すりごま		みりん
16 金	午前おやつ	玄米ぼんせん 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん 秋ナスカレー ひじきとはるさめのサラダ	胚芽米、米 小麦粉 はるさめ、油、三温糖	豚肉(もも)、牛乳、無塩バター、脱脂粉乳 ハム	たまねぎ、ホールトマト缶、トマトピューレ、りんご、なす、にんじん、しょうが ほうれんそう、ひじき	ウスターソース、しょうゆ、食塩、ワイン(赤)、カレー粉 食酢(米酢)、食塩
	午後おやつ	ゼリーボンチ 牛乳	三温糖	牛乳	りんご天然果汁、ぶどう天然果汁、もも缶(濃縮)、アガー	
17 土	午前おやつ	クラッカー 麦茶	クラッカー			
	昼食	ごはん、 みそ汁 生揚げの煮物 かぶレモン	胚芽米、米 三温糖 三温糖	米みそ(淡色辛みそ) 生揚げ、ツナ油漬缶	たまねぎ、かぶ・葉 にんじん かぶ、レモン果汁	煮干だし汁、かつおだし汁 かつおだし汁、しょうゆ、酒
	午後おやつ	じゃこごはん 麦茶	胚芽米、米	しらす干し、黒ごま		しょうゆ、昆布だし汁

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
19 月	午前おやつ	クラッカー 牛乳	クラッカー	牛乳		
	昼食	ツナマーボーごはん 甘酢和え 冷やしトマト	胚芽米、米、片栗粉、ごま油 三温糖	本橋豆腐、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ) 魚肉ソーセージ	たまねぎ、にんにく、しょうが きゅうり トマト	しょうゆ、酒 食酢(米酢)、しょうゆ
	午後おやつ	ロッククッキー 牛乳	小麦粉、三温糖、コーンフレーク、油	無塩バター、豆乳 牛乳	干しぶどう、プルーン(乾)	ベーキングパウダー
20 火	午前おやつ	ハイハイン(0、1歳児) おさかなチップ(2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 納豆汁 魚の梅かば焼き オカビ炒め	胚芽米、米 片栗粉、油、三温糖 三温糖、ごま油	絹ごし豆腐、挽きわり納豆、米みそ(淡色辛みそ) いわし、ごま かつお節	葉ねぎ うめ干し 生わかめ、ピーマン	煮干だし汁、かつおだし汁 酒、しょうゆ、みりん しょうゆ
	午後おやつ	まいたけごはん 麦茶	胚芽米、米	油揚げ	まいたけ、にんじん	しょうゆ、酒、食塩
21 水	午前おやつ	かりんとう 牛乳		牛乳		
	昼食	雑穀入りごはん みそ汁 まつばっくり揚げ レモン風味和え	胚芽米、米、雑穀 コーンフレーク、片栗粉 三温糖	米みそ(淡色辛みそ) 豚ひき肉、鶏ひき肉	かぼちゃ、キャベツ、にら たまねぎ もずく、オクラ、レモン果汁	煮干だし汁、かつおだし汁 食塩 食酢(米酢)、しょうゆ
	午後おやつ	スイーツクラッカー 牛乳	クラッカー、さつまいも、三温糖	豆乳 牛乳		
22 木	午前おやつ	ビスケット 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 みそ汁 あきのこいため 三色煮	胚芽米、米 上新粉、油 三温糖	米みそ(淡色辛みそ) かじき	緑豆もやし、こまつな マッシュルーム、エリンギ、しめじ にんじん、ごぼう、こんぶ(煮物用)	煮干だし汁、かつおだし汁 しょうゆ、食塩 かつおだし汁、しょうゆ、酒
	午後おやつ	カレーパン(?) 牛乳	食パン、小麦粉、油、三温糖	豚ひき肉 牛乳	たまねぎ、キャベツ、りんご、にんじん	しょうゆ、カレー粉、食塩
23 金	午前おやつ	ハイハイン(0歳児) せんべい(1、2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食	ゆかりごはん、 お祝い碗 うんどうかい!カツ あか・しろ甘酢 元気モリモリキャベツ	胚芽米、米 焼ふ パン粉、小麦粉 三温糖	かまぼこ 豚肉(ヒレ)	ねぎ、にんじん、プナピー だいこん、にんじん キャベツ	ゆかり かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 中濃ソース、酒、食塩 食酢(米酢)、食塩 食塩
	午後おやつ	ブレうんどうかいスペシャル 麦茶				
24 土	昼食	トマトスパゲティー ツナサラダ デザート	スパゲティー、油 油、三温糖	ベーコン ツナ油漬缶	ホールトマト缶詰、たまねぎ、トマトピューレ 生わかめ	ケチャップ、ウスターソース、食塩 食酢(米酢)、しょうゆ
	午後おやつ	ヨーグルト、クラッカー 麦茶	クラッカー	ヨーグルト(加糖)		
26 月	午前おやつ	玄米ぼんせん 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 あげのみそ田楽 わかめの酢の物 焼きかぼちゃ	胚芽米、米 三温糖 三温糖	生揚げ、米みそ(淡色辛みそ) しらす干し	だいこん 生わかめ、きゅうり かぼちゃ	みりん、かつおだし汁 食酢(米酢)、しょうゆ
	午後おやつ	エンパンボテチ 牛乳	じゃがいも、ぎょうざの皮	チーズ 牛乳		食塩
27 火	午前おやつ	クラッカー 牛乳	クラッカー	牛乳		
	昼食	雑穀入りごはん 魚のカレーニエル スイートフレンチ 塩はくさい	胚芽米、米、雑穀 小麦粉、油 さつまいも、油	たら	はくさい	酒、カレー粉、食塩 食塩 食塩
	午後おやつ	デザートトースト 牛乳	食パン、三温糖	無塩バター、きな粉 牛乳	なし	

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
28 水	午前おやつ	ハイハイ(0,1歳児) おさかなチップ(2歳児) 牛乳		牛乳		
	昼食			災害時備蓄食料試食体験		
	午後おやつ			献立の詳細は後日お知らせします		
29 木	午前おやつ	かりんとう 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん わかめスープ キッズビビンバ フルーツ	胚芽米、米 焼ふ、 胚芽米、米、ごま油、三温糖	豚ひき肉、すりごま、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、生わかめ 緑豆もやし、にんじん、こまつな なし	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ
	午後おやつ	ぶどうゼリー 牛乳	コーンフレーク、三温糖	牛乳	ぶどう天然果汁、アガー	
30 金	午前おやつ	ビスケット 牛乳		牛乳		
	昼食	ごはん、 みそ汁 おさかなバーグ なすパイシー	胚芽米、米 じゃがいも 片栗粉、油 油	米みそ(淡色辛みそ) 鶏ひき肉、さば(水煮缶)	ほうれんそう にんじん、コーン缶、たまねぎ、しょうが なす、にんにく	煮干だし汁、かつおだし汁 食塩 しょうゆ、カレー粉 食塩
	午後おやつ	お赤飯 麦茶	もち米、米	あずき(乾)、黒ごま		
31 土	午前おやつ	ハイハイ 麦茶				
	昼食	ごはん、 みそ汁 豚野菜炒め ゆかり和え	胚芽米、米 油	米みそ(淡色辛みそ) 豚肉(もも)	しめじ、えのきたけ にんじん、にら、たまねぎ 緑豆もやし	煮干だし汁、かつおだし汁 酒、しょうゆ ゆかり
	午後おやつ	大学かぼちゃ 麦茶	油、三温糖	黒ごま	かぼちゃ	しょうゆ

*業者の都合により献立が変更になる場合があります。

午前おやつについて

「せんべい」「お魚チップス」「ビスケット」「玄米ぼんせん」「かりんとう」は「大地を守る会」から取り寄せたものを提供しています。商品名など詳細の記載はありませんが、必要な場合は調理室までお尋ねください。

かりんとうやせんべいの種類によっては固くて食べられないものの場合、0,1歳児クラスのおやつはハイハイか玄米ぼんせんになります。

雑穀は12種類の雑穀をブレンドしたものを使用しています。内容は焼発芽玄米、緑米、紫米、赤米、胚芽押し麦、押し麦、あわ、きび、ひえ、たかきび、発芽赤玄米、発芽玄米です。

三温糖と表示してあるものは、「大地を守る会」で取り扱いしている「大地を守る会の砂糖(種子島育ちのさとうきび粗糖)」を使用しています。

詳しくはこちらのサイトをご覧ください。

引用サイト: <https://www.worldfooday-japan.net/>

