



令和6年4月0歳児予定献立表



佐倉市役所こども保育課

日	曜日	昼食	午後おやつ	主な材料	日	曜日	昼食	午後おやつ	主な材料
1	月	かゆ のしどり 胡麻酢和え すまし汁(豆腐・長ねぎ)	棒チーズ ビスケット	米 鶏肉 片栗粉 葱 人参 法蓮草 砂糖 こま 豆腐 チーズ	16	火	かゆ ナムル 豆腐と鶏肉のみそ煮 すまし汁(じゃが芋)	清見オレンジ ベビーせん	米 豆腐 鶏肉 玉葱 人参 砂糖 味噌 小松菜 もやし こま油 じゃが芋 清見オレンジ
2	火	かゆ 鮭のパン粉焼き 野菜炒め みそ汁(かぼちゃ)	きなこ お麩ラスク	米 鮭 ノイグ マネズ パン粉 キハツ 人参 油 南瓜 味噌 麩 バター 砂糖 きな粉	17	水	煮込みスパゲティ スナッフえんどうのマヨ風味和え キャベツスープ	おかががゆ	パテティ 豚肉 玉葱 人参 チーズ ノイグ マネズ スナッフえんどう 胡瓜 キハツ 米 鰹節
3	水	かゆ 米粉シチュー チーズサラダ	デコボン ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 じゃが芋 人参 米粉 牛乳 胡瓜 チーズ キハツ 油 ティンツ	18	木	かゆ つくね煮 磯香和え みそ汁(玉葱)	ビスケット ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 パン粉 法蓮草 人参 のり 味噌
4	木	かゆ ポテトサラダ 豆腐入り肉団子スープ	いちご ジャムサンド	米 鶏肉 豆腐 玉葱 パン粉 人参 もやし キハツ じゃが芋 胡瓜 ノイグ マネズ パン いちご ジャム	19	金	かゆ 魚の西京焼き キャベツソテー すまし汁(玉葱・水菜)	コーン ホットケーキ	米 からすがれい 味噌 砂糖 キハツ 人参 油 玉葱 水菜 コーン おろし-ミンツ 牛乳
5	金	かゆ 肉だんご煮 磯辺和え みそ汁(かぶ)	ヨーグルト ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 砂糖 パン粉 法蓮草 人参 のり 無 味噌 ヨーグルト	20	土	煮込みうどん 棒チーズ		うどん 人参 キャベツ 鶏肉 チーズ
6	土	煮そうめん ヨーグルト		素麺 人参 玉葱 鶏肉 ヨーグルト	22	月	かゆ 肉じゃが ほうれん草とツナの和え物 みそ汁(豆腐・若布)	ビスケット ベビーせん	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 砂糖 法蓮草 ツナ 豆腐 若布 味噌
8	月	かゆ マーボー豆腐 大根の甘酢和え 若布スープ	デコボン ベビーせん	米 豆腐 豚肉 葱 人参 味噌 砂糖 片栗粉 大根 胡瓜 若布 玉葱 ティンツ	23	火	パンがゆ 米粉のホワイトシチュー ひじきサラダ	フルーツ ゼリー	パン 薩摩芋 玉葱 人参 鶏肉 バター 桃 牛乳 油 ひじき キハツ みかん 米粉
9	火	かゆ 肉団子 キャベツサラダ みそ汁(薩摩芋)	キャロット ケーキ	米 鶏肉 片栗粉 砂糖 キハツ 人参 ノイグ マネズ 薩摩芋 味噌 豆乳 油 おろし-ミンツ	24	水	かゆ しらす和え 豆腐の松風焼 すまし汁(玉葱・麩)	清見オレンジ クラッカー	米 鶏肉 豆腐 パン粉 玉葱 砂糖 味噌 小松菜 人参 ちりめんじゃこ 麩 清見オレンジ
10	水	かゆ 粉吹き芋 肉と野菜の炒め煮 みそ汁(小松菜)	ビスケット ベビーせん	米 豚肉 人参 玉葱 油 砂糖 片栗粉 味噌 じゃが芋 小松菜	25	木	かゆ 鮭の塩焼き 納豆和え 豚汁	煮込みうどん	米 鮭 法蓮草 人参 納豆 葱 大根 豚肉 味噌 うどん キハツ 鶏肉
11	木	かゆ 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー コンスープ	ぶどう寒天	米 豚肉 玉葱 油 パン粉 牛乳 コーン 法蓮草 片栗粉 グレープジュース 砂糖	26	金	かゆ 鶏肉のみそ煮 キャベツとツナの和え物 パスタスープ	ウエハース ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 砂糖 味噌 キャベツ ツナ マカロニ 人参
12	金	かゆ 煮魚 キャロットサラダ みそ汁(大根)	南瓜ポーロ クラッカー	米 からすがれい 砂糖 キャベツ 人参 ツナ 油 大根 味噌	27	土	野菜入りおじゃ ヨーグルト		米 人参 玉葱 鶏卵 鰹節 ヨーグルト
13	土	おじゃ 清見オレンジ		米 人参 玉葱 じゃが芋 鰹節 清見オレンジ	30	火	かゆ お浸し 豆腐と豚肉の煮込み みそ汁(キャベツ)	豆乳 くずもち	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 砂糖 片栗粉 法蓮草 キャベツ 味噌 豆乳 きな粉
15	月	かゆ みそ汁(かぶ) コーンフレイクチキン しょうゆフレンチサラダ	ソフト クッキー	米 鶏肉 パン粉 ノイグ マネズ 玄米フルー チズ 人参 キハツ 法蓮草 油 無 味噌 おろし-ミンツ 砂糖 牛乳					

※献立の一部を変更することもありますのでご了承ください。
 ※午後おやつは上記の献立以外に6ヶ月から12ヶ月は調整粉乳が付きまます。



《 保育園の給食(離乳食)は、このように実施していきます 》

	午前(9:30頃)	昼食(11:00頃)	午後(15:00頃)
生後5か月まで	ミルク	ミルク	ミルク
生後5~12か月	ミルク	離乳食+ミルク	ミルク+(おやつ)
生後12か月~	牛乳100cc前後	離乳食→幼児食	牛乳100cc+おやつ

*上記は、あくまでも目安です。離乳食は、「飲む」ことから「食べる」ことへの大切な成長過程です。
 月齢にとらわれることなく、お子様の食べ方や噛む力に合わせ、食品の種類・量を徐々に増やしなが
 らゆっくりと進めることがポイントです。

