



令和8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	水	かゆ 土佐煮 法蓮草のお浸し みそ汁(大根)	デコボン ウエハース	米 鶏肉 若布 人参 豆腐 鰹節 油 砂糖 法蓮草 大根 味噌 デコボン	16	木	かゆ おかか和え 豆腐のつくね焼き みそ汁(小松菜・人参)	南瓜ボーロ ベビーせん	米 豆腐 鶏肉 玉葱 パン粉 油 砂糖 胡瓜 片栗粉 キャベツ 人参 鰹節 小松菜 味噌
2	木	かゆ 鶏そぼろ キャロットサラダ みそ汁(玉葱・水菜)	豆乳くずもち	米 鶏肉 砂糖 人参 キャベツ ツナ 片栗粉 ソイグ マネー 油 玉葱 水菜 味噌 豆乳 きな粉	17	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 加がレイ 油 味噌 砂糖 キャベツ 人参 玉葱 水菜 牛乳 おけーキツル コーン
3	金	かゆ コールスロー クリームシチュー	ビスケット ベビーせん	米 じゃが芋 玉葱 人参 鶏肉 牛乳 小麦粉 バター 油 胡瓜 キャベツ	18	土	芋がゆ 棒チーズ		米 じゃが芋 人参 玉葱 鰹節 チーズ
4	土	野菜入りおじや ヨーグルト		米 人参 玉葱 鶏卵 鰹節 ヨーグルト	20	月	かゆ 肉じゃが 胡瓜とささみの和え物 みそ汁(青梗菜)	クリームサンド ビスケット ベビーせん	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 胡瓜 鶏肉 青梗菜 油 味噌
6	月	かゆ 粉吹き芋 肉と野菜の炒め煮 みそ汁(小松菜)	南瓜ボーロ ベビーせん	米 鶏肉 人参 玉葱 油 砂糖 片栗粉 じゃが芋 小松菜 味噌	21	火	煮込みスパゲティ キャベツのサラダ スープ(キャベツ・人参)	鮭がゆ	カゲティ 豚肉 玉葱 砂糖 片栗粉 小松菜 チーズ キャベツ ソイグ マネー 米 鮭
7	火	かゆ 鮭の味噌マヨ焼 もやしの和え物 沢煮碗	お麩ラスク	米 鮭 もやし 胡瓜 ソイグ マネー 味噌 鶏肉 水菜 人参 大根 麩 バター 砂糖	22	水	かゆ しらす和え 豆腐のオープン焼き すまし汁(玉葱・麩)	清見オレンジ ウエハース	米 豆腐 豚肉 栗 砂糖 片栗粉 小松菜 麩 ちりめんじゃこ 玉葱 人参 清見オレンジ
8	水	かゆ 麻婆豆腐 春雨サラダ 若布スープ	デコボン ベビーせん	米 豆腐 豚肉 人参 葱 味噌 砂糖 片栗粉 春雨 胡瓜 ごま油 若布 玉葱 デコボン	23	木	かゆ 鮭の塩焼き 納豆和え 豚汁	フルーツ ゼリー	米 鮭 法蓮草 人参 納豆 葱 大根 豚肉 味噌 みかん 桃
9	木	かゆ 肉団子煮 法蓮草とツナの和え物 みそ汁(薩摩芋)	小倉ケーキ	米 鶏肉 玉葱 砂糖 パン粉 法蓮草 油 薩摩芋 味噌 小豆 おけーキツル 豆乳	24	金	かゆ つくね煮 キャベツとツナの和え物 パスタスープ	動物ビスケット ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 人参 パン粉 味噌 砂糖 ごま キャベツ 胡瓜 ツナ マカロニ
10	金	かゆ 煮魚 グリーンサラダ みそ汁(南瓜)	りんごゼリー クラッカー	米 からすがれい 砂糖 胡瓜 南瓜 キャベツ 味噌	25	土	煮そうめん バナナ		素麺 人参 玉葱 鶏肉 鰹節 バナナ
11	土	煮込みうどん 清見オレンジ		うどん 人参 キャベツ 鶏肉 清見オレンジ	27	月	かゆ 法蓮草のソテー 煮込みハンバーグ 豆乳コーンスープ	煮込みうどん	米 豚肉 玉葱 キャベツ 豆乳 カツパ 砂糖 法蓮草 油 パン粉 ソイグ 片栗粉 うどん 人参
13	月	かゆ 肉団子 醤油フレンチサラダ みそ汁(蕪・人参)	ソフト クッキー	米 鶏肉 片栗粉 砂糖 キャベツ 人参 法蓮草 油 無 味噌 おけーキツル 牛乳	28	火	かゆ 魚のみぞれ煮 野菜炒め みそ汁(薩摩芋)	いちご ジャムサンド	米 加がレイ 小麦粉 大根 砂糖 人参 油 キャベツ 薩摩芋 味噌 苺 塩 バン
14	火	人参がゆ 肉団子の豆乳スープ ひじきサラダ	清見オレンジ ウエハース	米 人参 鶏肉 玉葱 パン粉 青梗菜 豆乳 ひじき キャベツ 胡瓜 チーズ 油 清見オレンジ	30	木	かゆ のしどり 法蓮草の磯辺和え みそ汁(キャベツ)	清見オレンジ 南瓜ボーロ	米 鶏肉 砂糖 葱 片栗粉 法蓮草 人参 のり 味噌 キャベツ 清見オレンジ
15	水	かゆ ナムル 豆腐と豚肉の煮込み みそ汁(じゃが芋)	ぶどう寒天	米 豆腐 豚肉 片栗粉 玉葱 砂糖 人参 もやし 小松菜 味噌 じゃが芋 ごま油 グレープジュース					

※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ヶ月は調整粉乳がつきます。



《 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。

