



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 卵 片栗粉 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 澄し汁(玉葱・水菜)	コーン ホットケーキ	米 からすがれい 油 味噌 砂糖 キャベツ 人参 玉葱 水菜 牛乳 お餅-ｷｯｸｽ 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 胡瓜 キャベツ 油	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 野菜スープ	鮭がゆ	ﾊﾞｸﾞﾃﾞｲ 豚肉 米 鮭 砂糖 片栗粉 小松菜 ｸﾞﾁｬｯﾌﾟ ｷｬﾍﾞｯｽﾞ ﾉｲｯｸﾞ ﾏｺﾉｰｽﾞ
7	火	かゆ 鮭の味噌マヨ焼 もやしの和え物 さわにわん	お麩ラスク	米 鮭 もやし 胡瓜 ﾉｲｯｸﾞ ﾏｺﾉｰｽﾞ 味噌 鶏肉 水菜 人参 大根 麩 大豆 バター 砂糖	22	水	かゆ しらす和え 豆腐のオープン焼き 澄し汁(玉葱・麩)	清見オレンジ ウエハース	米 豆腐 豚肉 粟葱 砂糖 片栗粉 小松菜 麩 ちりめんじゃこ 玉葱 人参 清見ｶﾈｼﾞ
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 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 もも
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 ﾊﾝﾌﾟ 法蓮草 卵 薩摩芋 味噌 小豆 お餅-ｷｯｸｽ 豆乳 油	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 ｷｯﾊﾟﾘ 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)	ヨーグルト クラッカー	米 からすがれい 砂糖 胡瓜 ｷｯﾊﾟﾘ 油 南瓜 味噌 ヨーグルト	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	パンがゆ 法蓮草のﾌﾞﾚｰ 煮込みハンバーグ コーンスープ	清見オレンジ 南瓜ボーロ	ﾊﾝﾌﾟ 豚肉 玉葱 ｺｰﾝ 豆乳 ｸﾞﾁｬｯﾌﾟ 砂糖 法蓮草 油 ﾊﾝﾌﾟ 片栗粉 清見ｶﾈｼﾞ
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 ｷｯﾊﾟﾘ 人参 法蓮草 油 味噌 お餅-ｷｯｸｽ 牛乳	28	火	かゆ 魚のおろし煮 野菜炒め みそ汁(薩摩芋)	煮込みうどん	米 ｶｶﾞｷ ｲ 大根 砂糖 人参 ｷｯﾊﾟﾘ 薩摩芋 味噌 うどん 豚肉
14	火	かゆ ナムル 豆腐と豚肉の煮込み みそ汁(じゃが芋)	清見オレンジ ウエハース	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 清見ｶﾈｼﾞ	30	木	かゆ のしどり 法蓮草の磯辺和え みそ汁(キャベツ)	いちご ジャムサンド	米 鶏肉 砂糖 片栗粉 法蓮草 葱 人参 のり ﾊﾝﾌﾟ ｷｯﾊﾟﾘ 味噌 梅ｼﾞｬﾝ
15	水	パンがゆ ひじきサラダ 米粉のホワイトシチュー	ぶどう寒天	ﾊﾝﾌﾟ 玉葱 人参 鶏肉 薩摩芋 バター 米粉 牛乳 油 ひじき 胡瓜 ｷｯﾊﾟﾘ チーズ ｸﾞﾚｰﾌﾞ ﺟｳｽ 砂糖					

※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。

