



# 令和7年 4月 離乳食 献立表



朝霞市保育園

日	曜日	献立名		主な材料名			
		昼食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	15	火	軟飯 むきカレイ照り煮 二色野菜の煮つけ じゃが芋みそ汁	洋風ブロッコリー軟飯 オニオンスープ	はいが精米／片栗粉／ じゃが芋	むきかかれい／出し昆布 ／煮干し／味噌	ブロッコリー／人参／ 玉葱
2	16	水	軟飯 肉じゃが キャベツのお浸し ほうれん草すまし汁	ほうれん草軟飯 じゃが芋と玉ねぎみそ汁	はいが精米／じゃが芋 ／菜種油／上白糖／片 栗粉	鶏ひき肉／煮干し／味 噌／花かつお／出し昆 布	人参／玉葱／キャベツ ／ほうれん草
3	17	木	軟飯 鶏団子のケチャップ煮 きゅうりとコーン 人参と長ねぎスープ	コーン軟飯 さつま芋と玉ねぎみそ汁	はいが精米／片栗粉／ 上白糖／さつま芋	鶏ひき肉／煮干し／味 噌	玉葱／きゅうり／粒 コーン缶／人参／長ね ぎ
4		金	軟飯 豆腐チャンプルー かぼちゃの甘煮 小松菜と大根みそ汁	野菜うどん ゆで人参	はいが精米／上白糖／ 干しうどん(乾)	木綿豆腐／鶏ひき肉／ 花かつお／煮干し／味 噌／出し昆布	人参／玉葱／かぼちゃ ／小松菜／大根／白菜
18		金	軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草サラダ オニオンスープ	野菜うどん ゆで人参	はいが精米／片栗粉／ 菜種油／上白糖／干し うどん(乾)	木綿豆腐／鶏ひき肉／ 花かつお／出し昆布	玉葱／ほうれん草／ キャベツ／えのき茸／ パセリ(乾)／白菜／ 人参
5	19	土	軟飯 チキンバーグ 二色ナムル わかめスープ	じゃが芋軟飯 きゅうりとコーンみそ汁	はいが精米／片栗粉／ 菜種油／ごま油／上白 糖／じゃが芋	鶏ひき肉／出し昆布／ 煮干し／味噌	玉葱／人参／きゅうり ／粒コーン缶／わかめ
7	21	月	軟飯 鶏だんごの照り煮 小松菜の和えもの かぼちゃと玉ねぎみそ汁	わかめ軟飯 小松菜とキャベツみそ汁	はいが精米／片栗粉	鶏ひき肉／煮干し／味 噌／わかめごはんの素	玉葱／キャベツ／小松 菜／かぼちゃ
8	22	火	軟飯 大根の鶏そぼろ煮 ブロッコリー青茹で 豆腐と玉ねぎみそ汁	トマトリゾット ブロッコリースープ	はいが精米／上白糖／ 片栗粉／菜種油	鶏ひき肉／木綿豆腐／ 煮干し／味噌	大根／人参／ブロッコ リー／玉葱／ピーマン
9	23	水	軟飯 クリームシチュー フレンチサラダ	玉ねぎ軟飯 じゃが芋と人参みそ汁	はいが精米／じゃが芋 ／菜種油／米粉／上白 糖	鶏ひき肉／豆乳／出し 昆布／煮干し／味噌	玉葱／人参／コンクリ ム缶／キャベツ／きゅう り
10	24	木	軟飯 むきカレイうま煮 人参スティック キャベツみそ汁	きなこ軟飯 キャベツと人参みそ汁	はいが精米／上白糖／ 片栗粉	むきかかれい／煮干し／ 味噌／きな粉	人参／キャベツ／玉葱
11	25	金	軟飯 松風焼き 白菜のおかか和え 大根とほうれん草みそ汁	トースト キャロットポタージュ	はいが精米／上白糖／ 片栗粉／菜種油／食パ ン	鶏ひき肉／味噌／花か つお／煮干し／豆乳	玉葱／人参／白菜／大 根／ほうれん草／パセ リ(乾)
12	26	土	軟飯 チキンボールの照り煮 かぶの浅漬け 小松菜のみそ汁	こんぶ軟飯 かぶと人参みそ汁	はいが精米／片栗粉	鶏ひき肉／煮干し／味 噌	玉葱／かぶ／人参／小 松菜／塩昆布
14	28	月	軟飯 マーボー豆腐 二色スティック チンゲン菜のスープ	ゆかり軟飯 人参と長ねぎみそ汁	はいが精米／菜種油／ 上白糖／ごま油／片栗 粉	木綿豆腐／鶏ひき肉／ 味噌／煮干し	玉葱／人参／きゅうり ／ちんげん菜／長ねぎ
30		水	軟飯 鶏だんごのみそ煮 じゃが芋煮物 水菜と人参すまし汁	人参リゾット コーンスープ	はいが精米／片栗粉／ 上白糖／じゃが芋／菜 種油	鶏ひき肉／味噌／豆乳 ／花かつお／出し昆布	玉葱／人参／水菜／コ ンクリーム缶／パセリ(乾)

★食材の都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。



今月の食育ランチは  
18日(金)、「入園・進級  
おめでとう」ランチです。

毎月19日は「食育の日」です。  
保育園では、毎月19日後に「食育ランチ」  
を提供します。どうぞお楽しみに！！