

日	曜日	1~5歳児 副食 および おやつ			1~2歳児		
		献立名	主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食	
1	木	【お別れ遠足】 鶏の唐揚げ 茹ブロッコリー	かぼちゃパン ウインナー 果汁	かぼちゃパン 鶏肉・生姜・にんにく・ごま油・片栗粉 ブロッコリー 果汁	ウインナー 牛乳 シャケおにぎり	クロレラ	左に同じ
2	金	竹輪の二色揚げ ツナとキャベツのサラダ てまり麩のスープ	イチゴ	ちくわ・青のり・カレー粉・小麦粉・卵 ツナ缶・胡瓜・人参 てまり麩・鶏肉・白菜・玉葱 イチゴ	キャベツ ひなあられ	オレンジ果汁	菜飯
3	土	肉うどん オレンジ 牛乳		うどん乾麺・牛肉・玉葱・人参・わかめ・かまぼこ・卵 オレンジ 牛乳	チーズパン	グレープ果汁	左に同じ 茹コーン
5	月	焼き魚 こんにやくの炒め煮 わかめの味噌汁	バナナ	さば 糸こんにやく・ごぼう・人参・ちくわ・いんげん・ごま ごま油 わかめ・豆腐・えのき茸・しめじ・白菜・味噌 バナナ	牛乳 フライドポテト	野菜ミックスジュース	麦飯 茹キャベツ
6	火	ひよこ豆と豚肉のごま味噌煮 春雨スープ キウイフルーツ		ひよこ豆・豚肉・大根・玉葱・人参・ピーズ・にんにく・生姜 ごま油・味噌・ごま 春雨・鶏肉・干しいたけ・にら・白菜 片栗粉 キウイフルーツ	ミルク 栗入り蒸しパン	お茶 卵ボーロ	白パン 茹コーン
7	水	チキン南蛮 南瓜の味噌汁 ぼんかん	茹ブロッコリー	鶏肉・ホットケーキミックス・マヨネーズ 南瓜・わかめ・チンゲン菜・油揚げ・玉葱・人参・味噌 ぼんかん	ブロッコリー 牛乳 菓子	ショア	白飯 ふりかけ
8	木	オムレツ ベーコンスープ イチゴ		卵・ミルク・鶏ミンチ・玉葱・人参・ピーマン・シュレットチーズ マヨネーズ ベーコン・キャベツ・じゃが芋・エリンギ ドライパセリ イチゴ	ココアミルク アンパンマンクッキー	飲むヨーグルト	ロールパン トマト
9	金	豚しゃぶサラダ 鶏団子汁 オレンジ		ひじき・豆腐・豚肉・かまぼこ・白菜・人参・ごま 鶏ミンチ・生姜・片栗粉・わかめ・大根・玉葱・味噌 オレンジ	牛乳 卵サンド	アップル果汁	ゆかりご飯
10	土	チャーシューメン リンゴ 牛乳		中華乾麺・焼き豚・きくらげ・もやし・人参・コーン・葱 ごま油 リンゴ 牛乳	プチアーモンドパン	オレンジ果汁	左に同じ 棒チーズ
12	月	ハヤシ風 エッグサラダ いよかん		牛肉・豚肉・にんにく・玉葱・人参・トマト缶・ピーズ・小麦粉 バター・ビュレ・デミグラスソース・ミルク 卵・ハム じゃが芋・胡瓜・マヨネーズ いよかん	牛乳 じゃこチーズ焼き	アップル果汁	白飯
13	火	南瓜のグラタン パスタスープ キウイフルーツ		南瓜・合ミンチ・玉葱・人参・バター・小麦粉・ミルク・牛乳 シュレットチーズ・パン粉・ドライパセリ マカロニ・小松菜 鶏肉 キウイフルーツ	ココアミルク ヨーグルト和え	野菜ジュース	ホットパン 胡瓜もみ
14	水	八宝菜 じゃが芋の味噌汁 イチゴ		豚肉・ムキエビ・うずら卵・かまぼこ・干しいたけ・白菜・玉葱 人参・ピーマン・赤パプリカ・片栗粉 じゃが芋・豆腐 油揚げ・しめじ・大根・葱・味噌 イチゴ	牛乳 菓子	ショア	わかめご飯
15	木	【お誕生日会】青米パン ブロッコリーとコーンのマヨネーズ和え さつま芋のシチュー	ゼリー	青米パン 鶏肉・ヨーグルト・カレー粉 ブロッコリー コーン・マヨネーズ・ごま 豚肉・玉葱・さつま芋・チンゲン菜 人参・小麦粉・バター・ミルク・牛乳 ゼリー	ミルク ココアマフィン	飲むヨーグルト	左に同じ
16	金	エビフライ ツナポテト 豆腐の味噌汁	バナナ	無頭エビ・小麦粉・卵・パン粉 ツナ缶・じゃが芋 ドライパセリ 豆腐・わかめ・白菜・しめじ・玉葱・人参 味噌 バナナ	牛乳 黄桃ケーキ	オレンジ果汁	人参ご飯
17	土	焼きそば リンゴ 牛乳		中華乾麺・豚肉・かまぼこ・天ぷら・キャベツ・玉葱・もやし 人参・葱・オタフクスソース・かつお節・青のり・卵 リンゴ 牛乳	サンライズパン	グレープ果汁	左に同じ 茹コーン
19	月	煮魚 切干大根の煮付 白菜の味噌汁	バナナ	白身魚・生姜 切干大根・人参・ちくわ・いんげん 白菜・豆腐・わかめ・玉葱・貝割大根・味噌 バナナ	牛乳 洋風まんじゅう	オレンジ果汁	麦飯 トマト
20	火	おでん ブロッコリーサラダ キウイフルーツ		鶏肉・ちくわ・丸天・かまぼこ・厚揚げ・こんにやく・うずら卵 大根・人参・里芋 ブロッコリー・ハム・かつお節 キウイフルーツ	ココアミルク ホットドック	クロレラ 卵ボーロ	ゆかりご飯
22	木	ポークカレー リンゴのサラダ イチゴ		豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・バター・小麦粉・ミルク・カレー粉 ビュレ・チャツネ・粉チーズ・牛乳・ガラムマサラ・生姜 にんにく リンゴ・キャベツ・胡瓜・スライスアーモンド イチゴ	ミルク アーモンドトースト	アップル果汁	白飯 棒チーズ
23	金	【お別れ会】 チッソサラダ チンゲン菜の味噌汁	ヨーグルト	牛めし 米・牛肉・焼肉のたれ キャベツ・胡瓜・人参・ツナ缶 レモン・ポテトチップス チンゲン菜・豆腐・しめじ もやし・玉葱・味噌 ヨーグルト	牛乳 プリンアラモード	グレープ果汁	左に同じ
24	土	【卒園式】 わかめうどん オレンジ 牛乳		うどん乾麺・わかめ・鶏肉・玉葱・人参・葱・かまぼこ・ごま オレンジ 牛乳	ジャムパン	野菜ジュース	左に同じ 茹コーン
26	月	豚肉の甘辛煮 ニラの味噌汁 キウイフルーツ		豚肉・糸こんにやく・ちくわ・ごぼう・白菜・玉葱・人参・ピーズ にら・豆腐・わかめ・里芋・味噌 キウイフルーツ	牛乳 アップルパイ風	グレープ果汁	麦飯 ふりかけ
27	火	魚フライ キャベツサラダ はんぺん汁	オレンジ	白身魚・小麦粉・卵・パン粉 キャベツ・人参 はんぺん・大根・玉葱・葱 オレンジ	ココアミルク 磯辺団子	野菜ミックスジュース	食パン ロースハム
28	水	卵焼き ごまマヨネーズサラダ 大根の味噌汁	リンゴ	卵・ミルク ツナ缶・ちくわ・キャベツ・胡瓜・人参・ごま マヨネーズ 大根・麩・わかめ・玉葱・葱・味噌 リンゴ	ミルク チーズケーキ	ショア	しらすご飯
29	木	麻婆豆腐 もやしとほうれん草のスープ バナナ		豆腐・合ミンチ・干しいたけ・人参・玉葱・ピーマン・白葱・生姜 にんにく・赤味噌・味噌・片栗粉 もやし・ほうれん草 白菜・鶏肉・ごま油 バナナ	牛乳 菓子	アップル果汁	かぼちゃパン 茹コーン
30	金	豆入りビーフシチュー ハム南瓜サラダ イチゴ		牛肉・金時豆・じゃが芋・人参・玉葱・小麦粉・バター・ビュレ ミルク・デミグラスソース ハム・南瓜・キャベツ・胡瓜 スライスアーモンド・マヨネーズ・ドライパセリ イチゴ	牛乳 ゼリー	オレンジ果汁	白飯 棒チーズ
31	土	スパゲティーナボリタン オレンジ 牛乳		スパゲティーナ・豚肉・ハム・玉葱・人参・ピーマン・粉チーズ 卵 オレンジ 牛乳	プチマロンパン	グレープ果汁	左に同じ ウインナー

○ は完全給食です。お弁当はいりません。

調味料等の記載は除く  
(塩・しょうゆ・ソース・ケチャップ・砂糖・みりん・酒・酢・スープ・だし汁・油等)  
都合により、献立を変更する場合があります。ご了承下さい。



岡垣町イメージキャラクター

♡ ひわりん & ひわすけ ♡

【栄養士からのひと言】

イチゴについて  
ビタミンC、葉酸、食物繊維が多く含まれ、風邪予防に効果があります。又、虫歯予防に役立つ、キシトールなどの物質も多く含まれます。  
赤くてつぶつぶがくっつきしているものが、おいしいです。

日	曜日	0歳児						
		献立名	主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食		
1	木	【お別れ遠足】 鶏肉のとりみ煮 玉葱のスープ	食パン 茹ブロッコリー 果汁	食パン 鶏肉・片栗粉 玉葱 果汁	ブロッコリー	ミルク 赤ちゃんせんべい	果汁	左に同じ
2	金	白身魚の旨煮 キャベツの和え物 麩のスープ	イチゴ	白身魚 キャベツ・人参 イチゴ	麩・鶏肉・白菜・玉葱	ミルク 卵ボーロ	果汁	おかゆ
3	土	煮込みうどん オレンジ ミルク		うどん乾麺・鶏肉・玉葱・人参 オレンジ ミルク		食パン	果汁	左に同じ
5	月	白身魚の煮付 人参の甘煮 豆腐の味噌汁	バナナ	白身魚 人参 豆腐・白菜・味噌 バナナ		ミルク マッシュポテト	果汁	おかゆ 茹キャベツ
6	火	鶏肉と野菜の味噌煮 春雨スープ オレンジ		鶏肉・大根・玉葱・人参・味噌 春雨・白菜・片栗粉 オレンジ		ミルク 蒸しパン	お茶 卵ボーロ	食パン
7	水	鶏肉の煮付 南瓜の味噌汁 ぼんかん	茹ブロッコリー	鶏肉 ブロッコリー 南瓜・玉葱・人参・味噌 ぼんかん		ミルク 動物ビスケット	果汁	おかゆ
8	木	玉葱のそぼろ煮 キャベツのスープ イチゴ		鶏ミンチ・玉葱・人参 キャベツ・じゃが芋 イチゴ		ミルク マンナ	果汁	食パン トマト
9	金	豆腐のさつと煮 鶏団子汁 オレンジ		豆腐・白菜・人参 鶏ミンチ・片栗粉・大根・玉葱・味噌 オレンジ		ミルク 食パン	果汁	おかゆ
10	土	煮込みうどん リンゴ ミルク		うどん乾麺・鶏肉・人参 リンゴ ミルク		食パン	果汁	左に同じ
12	月	トマトスープ ポテトのやわらか煮 いよかん		鶏肉・玉葱・人参・トマト缶 じゃが芋 いよかん		ミルク 赤ちゃんせんべい	果汁	おかゆ
13	火	鶏肉と南瓜の甘煮 パスタスープ リンゴ		鶏肉・南瓜・玉葱・人参 マカロニ リンゴ		ミルク バナナとみかん	果汁	食パン
14	水	白身魚のとりみ煮 じゃが芋の味噌汁 イチゴ		白身魚・白菜・玉葱・人参・片栗粉 じゃが芋・豆腐・大根・味噌 イチゴ		ミルク 卵ボーロ	果汁	おかゆ
15	木	【お誕生日会】 鶏肉の旨煮 さつま芋のスープ	食パン 茹ブロッコリー ゼリー	食パン 鶏肉 ブロッコリー 玉葱・さつま芋・人参 ゼリー		ミルク 動物ビスケット	果汁	左に同じ
16	金	白身魚の甘煮 粉ふき芋 豆腐の味噌汁	バナナ	白身魚 じゃが芋 豆腐・白菜・玉葱・人参・味噌 バナナ		ミルク マンナ	果汁	人参入りかゆ
17	土	煮込みうどん リンゴ ミルク		うどん乾麺・鶏肉・キャベツ・玉葱・人参 リンゴ ミルク		食パン	果汁	左に同じ
19	月	煮魚 人参の煮付 白菜の味噌汁	バナナ	白身魚 人参 白菜・豆腐・玉葱・味噌 バナナ		ミルク さつま芋の甘煮	果汁	おかゆ トマト
20	火	おでん 茹ブロッコリー リンゴ		鶏肉・豆腐・大根・人参 ブロッコリー リンゴ		ミルク 白パン	果汁 卵ボーロ	おかゆ
22	木	チキンスープ キャベツとリンゴの和え物 イチゴ		鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 リンゴ・キャベツ イチゴ		ミルク 食パン	果汁	おかゆ
23	金	【お別れ会】 鶏肉と野菜の旨煮 豆腐の味噌汁	おかゆ ゼリー	米 鶏肉・キャベツ・人参 豆腐・玉葱・味噌 ゼリー		ミルク イチゴ	果汁	左に同じ
24	土	【卒園式】 煮込みうどん オレンジ ミルク		うどん乾麺・鶏肉・玉葱・人参 オレンジ ミルク		食パン	果汁	左に同じ
26	月	鶏肉と野菜の煮付 玉葱の味噌汁 バナナ		鶏肉・白菜・玉葱・人参 豆腐・味噌 バナナ		ミルク リンゴの甘煮	果汁	おかゆ
27	火	白身魚の煮付 茹キャベツ 野菜汁	オレンジ	白身魚 キャベツ・人参 大根・玉葱 オレンジ		ミルク 卵ボーロ	果汁	食パン
28	水	白身魚とキャベツの旨煮 人参の甘煮 大根の味噌汁	リンゴ	白身魚 キャベツ・人参 大根・麩・玉葱・味噌 リンゴ		ミルク 動物ビスケット	果汁	おかゆ
29	木	豆腐の味噌煮 ほうれん草のスープ バナナ		豆腐・鶏ミンチ・人参・玉葱・味噌・片栗粉 ほうれん草・白菜・鶏肉 バナナ		ミルク マンナ	果汁	食パン
30	金	鶏肉入りポテトスープ 南瓜の和え物 イチゴ		鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱 南瓜・キャベツ イチゴ		ミルク ゼリー	果汁	おかゆ
31	土	煮込みスパゲティー オレンジ ミルク		スパゲティー・鶏肉・玉葱・人参 オレンジ ミルク		食パン	果汁	左に同じ

離乳食の進め方  
7~8ヶ月頃 (つぶつぶ状)舌で潰せる固さ  
9~10ヶ月頃 (柔らかい固形状)歯茎で潰せる固さ

調味料等の記載は除く  
(塩・しょうゆ・砂糖・スープ・だし汁・油等)  
都合により、献立変更する場合があります。ご了承下さい。



岡垣町イメージキャラクター

♡ ひわりん & ひわすけ ♡

【栄養士からのひと言】

イチゴについて  
ビタミンC、葉酸、食物繊維が多く含まれ、風邪予防に効果があります。又、虫歯予防に役立つ、キシトールなどの物質も多く含まれます。赤くてつぶつぶがくっきりしているものが、おいしいです。