

# 令和8年6月 献立表

乳児期(乳児食)

母子愛育会ナーサリールーム

日	曜	献立名			あか	黄	みどり
		朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	月	牛乳 ツナと茄子のトマトパスタ 大根スープ みかん缶 麦茶	きなこ豆乳のパンケーキ 牛乳	牛乳 ツナ きなこ 豆乳 卵	スパゲッティ(乾) 砂糖 調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ なす しめじ だいこん こねぎ みかん缶	
2	火	牛乳 ビビンバ丼 わかめのスープ 春雨サラダ 麦茶	ひじきおにぎり オレンジゼリー2 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 卵 油揚げ	ごはん 砂糖 調合油 ごま油 白ごま はるさめ オレンジジュース	もやし にんじん ほうれんそう わかめ ねぎ きゅうり ひじき	
3	水	牛乳 にんじんご飯 お麩のすまし汁 豆腐のみそマヨ焼き ベジタブルソテー パナナ 麦茶	蒸しさつま芋 りんごゼリー 牛乳	牛乳 豆腐 みそ パルメザンチーズ	ごはん 白ごま お麩 調合油 マヨネーズ(卵なし) オリーブ油 さつまいも バター リンゴジュース	にんじん ほうれんそう 赤パプリカ(果実、生) こねぎ かぼちゃ さやいんげん パナナ	
4	木	牛乳 食パン 豆乳コーンスープ タンドリーチキン コールスローサラダ りんご 麦茶	豆腐ドーナツ 牛乳	牛乳 豆乳 鶏もも ヨーグルト 豆腐	食パン じゃがいも 調合油 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 薄力粉	コーン キャベツ にんじん りんご	
5	金	牛乳 ご飯 春雨スープ2 具だくさん卵焼き じゃが芋の甘煮海苔風味 みかん缶 麦茶	焼きうどん 牛乳	牛乳 合い挽き肉(生) 豆乳 卵 あおのり 豚 ひき肉(赤身)	ごはん はるさめ ごま油 調合油 じゃがいも 砂糖 うどん(ゆで)	はくさい オクラ たまねぎ 青ピーマン ひじき みかん缶 キャベツ	
6	土	牛乳 ピーマンそぼろ丼 けんちん汁 胡瓜の甘酢 パナナ 麦茶	南瓜のおやき 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 豆腐 みそ ツナ	ごはん 砂糖 ごま油 じゃがいも 片栗粉 調合油	ピーマン だいこん にんじん きゅうり パナナ かぼちゃ	
8	月	牛乳 ご飯 切干大根の味噌汁 豚肉のバーベキューソース はくさいのゆかり和え 麦茶	ツナと胡瓜のサンドイッチ オレンジ 牛乳	牛乳 みそ 豚ばら ツナ	ごはん 調合油 砂糖 片栗粉 食パン マヨネーズ(卵なし)	切干大根 こまつな たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) ピーマン はくさい にんじん ゆかり	
9	火	牛乳 ツナカレー フレンチサラダ みかんヨーグルト(30) 麦茶	スイートポテト 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト 卵	ごはん じゃがいも 調合油 砂糖 さつまいも バター	にんじん たまねぎ フロッキー カリフラワー みかん缶	
10	水	牛乳 ジャージャー麺 小松菜の中華スープ オレンジ 麦茶	おかかおにぎり 紫陽花ゼリー 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) みそ 削り節	中華麺 調合油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごはん ぶどうジュース リンゴジュース	たまねぎ にんじん ピーマン こまつな もやし オレンジ	
11	木	牛乳 ご飯 えのきのすまし汁 豆腐ハンバーグ ベークドパンピキン みかん缶 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	牛乳 豆腐 ツナ きなこ	ごはん 片栗粉 調合油 マカロニ(ゆで) 砂糖	えのきたけ さやいんげん ひじき かぼちゃ みかん缶	
12	金	牛乳 ご飯 もやしのスープ3 さわらの甘酢あんかけ 中華サラダ2 麦茶	みたらし芋もち パナナ 牛乳	牛乳 さわら	ごはん 片栗粉 調合油 砂糖 ごま油 白ごま じゃがいも	もやし チンゲンサイ たまねぎ ピーマン 赤ピーマン だいこん にんじん パナナ	
13	土	牛乳 ツナマヨ丼 けんちん汁 さつまいもの甘煮 りんご 麦茶	お好み焼き 牛乳	牛乳 ツナ 豆腐 みそ 豚 ひき肉(赤身) さくらえび 削り節 あおのり	ごはん マヨネーズ(卵なし) じゃがいも ごま油 さつまいも 砂糖 調合油 薄力粉	きゅうり たまねぎ 焼きのり だいこん にんじん りんご キャベツ コーン	
15	月	牛乳 ツナと茄子のトマトパスタ 大根スープ みかん缶 麦茶	きなこ豆乳のパンケーキ 牛乳	牛乳 ツナ きなこ 豆乳 卵	スパゲッティ(乾) 砂糖 調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ なす しめじ だいこん こねぎ みかん缶	
16	火	牛乳 ビビンバ丼 わかめのスープ 春雨サラダ 麦茶	ひじきおにぎり オレンジゼリー2 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 卵 油揚げ	ごはん 砂糖 調合油 ごま油 白ごま はるさめ オレンジジュース	もやし にんじん ほうれんそう わかめ ねぎ きゅうり ひじき	
17	水	牛乳 にんじんご飯 お麩のすまし汁 豆腐のみそマヨ焼き ベジタブルソテー パナナ 麦茶	蒸しさつま芋 りんごゼリー 牛乳	牛乳 豆腐 みそ パルメザンチーズ	ごはん 白ごま お麩 調合油 マヨネーズ(卵なし) オリーブ油 さつまいも バター リンゴジュース	にんじん ほうれんそう 赤パプリカ(果実、生) こねぎ かぼちゃ さやいんげん パナナ	
18	木	牛乳 食パン 豆乳コーンスープ タンドリーチキン コールスローサラダ りんご 麦茶	豆腐ドーナツ 牛乳	牛乳 豆乳 鶏もも ヨーグルト 豆腐	食パン じゃがいも 調合油 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 薄力粉	コーン キャベツ にんじん りんご	
19	金	牛乳 ご飯 春雨スープ2 具だくさん卵焼き じゃが芋の甘煮海苔風味 みかん缶 麦茶	焼きうどん 牛乳	牛乳 合い挽き肉(生) 豆乳 卵 あおのり 豚 ひき肉(赤身)	ごはん はるさめ ごま油 調合油 じゃがいも 砂糖 うどん(ゆで)	はくさい オクラ たまねぎ 青ピーマン ひじき みかん缶 キャベツ	
20	土	牛乳 ピーマンそぼろ丼 けんちん汁 胡瓜の甘酢 パナナ 麦茶	南瓜のおやき 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 豆腐 みそ ツナ	ごはん 砂糖 ごま油 じゃがいも 片栗粉 調合油	ピーマン だいこん にんじん きゅうり パナナ かぼちゃ	
22	月	牛乳 ご飯 切干大根の味噌汁 豚肉のバーベキューソース はくさいのゆかり和え 麦茶	ツナと胡瓜のサンドイッチ オレンジ 牛乳	牛乳 みそ 豚ばら ツナ	ごはん 調合油 砂糖 片栗粉 食パン マヨネーズ(卵なし)	切干大根 こまつな たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) ピーマン はくさい にんじん ゆかり	
23	火	牛乳 ツナカレー フレンチサラダ みかんヨーグルト(30) 麦茶	スイートポテト 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト 卵	ごはん じゃがいも 調合油 砂糖 さつまいも バター	にんじん たまねぎ フロッキー カリフラワー みかん缶	
24	水	牛乳 ジャージャー麺 小松菜の中華スープ オレンジ 麦茶	おかかおにぎり ぶどうゼリー 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) みそ 削り節	中華麺 調合油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごはん ぶどうジュース	たまねぎ にんじん ピーマン こまつな もやし オレンジ	
25	木	牛乳 ご飯 えのきのすまし汁 豆腐ハンバーグ ベークドパンピキン みかん缶 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	牛乳 豆腐 ツナ きなこ	ごはん 片栗粉 調合油 マカロニ(ゆで) 砂糖	えのきたけ さやいんげん ひじき かぼちゃ みかん缶	
26	金	牛乳 ご飯 もやしのスープ3 さわらの甘酢あんかけ 中華サラダ2 麦茶	みたらし芋もち パナナ 牛乳	牛乳 さわら	ごはん 片栗粉 調合油 砂糖 ごま油 白ごま じゃがいも	もやし チンゲンサイ たまねぎ ピーマン 赤ピーマン だいこん にんじん パナナ	
27	土	牛乳 ツナマヨ丼 けんちん汁 さつまいもの甘煮 りんご 麦茶	お好み焼き 牛乳	牛乳 ツナ 豆腐 みそ 豚 ひき肉(赤身) さくらえび 削り節 あおのり	ごはん マヨネーズ(卵なし) じゃがいも ごま油 さつまいも 砂糖 調合油 薄力粉	きゅうり たまねぎ 焼きのり だいこん にんじん りんご キャベツ コーン	
29	月	牛乳 ツナと茄子のトマトパスタ 大根スープ みかん缶 麦茶	きなこ豆乳のパンケーキ 牛乳	牛乳 ツナ きなこ 豆乳 卵	スパゲッティ(乾) 砂糖 調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ なす しめじ だいこん こねぎ みかん缶	
30	火	牛乳 ビビンバ丼 わかめのスープ 春雨サラダ 麦茶	ひじきおにぎり オレンジゼリー2 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 卵 油揚げ	ごはん 砂糖 調合油 ごま油 白ごま はるさめ オレンジジュース	もやし にんじん ほうれんそう わかめ ねぎ きゅうり ひじき	

調味料: かつおだし、塩、醤油、ケチャップ、酢、みりん、料理酒、チキンコンソメ、中濃ソース、カレー粉、カレールウ、ベーキングパウダー、アガーを使用しています

栄養価: エネルギー 464kcal、たんぱく質 17.7g、脂質 12.4g、カルシウム 195mg、鉄 1.46mg、食塩相当量 1.4g