



献立表

(離乳食・中期)



令和7年度
ともわ乳児園

那覇市長田2-26-10 サンテラス長田102
098-987-1302

	月	火	水	木	金	土
献立		1 ①7倍粥 ②野菜のトロトロクリーム煮 ③刻みバナナ	2 ①7倍粥 ②白身魚と野菜のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	3 ①中華粥(7倍) ②すりおろしりんご	4 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みバナナ	5 ①素麺のトロトロ煮 ②刻みオレンジ
材料	 入園式	①米 ②白菜 人参 ジャガ芋 玉葱 ブロッコリー 豆乳 ③バナナ	①米 ②白身魚 キャベツ 人参 玉葱 ③オレンジ	①米 白菜 人参 玉葱 ②りんご	①米 ②麩 ジャガ芋 人参 玉葱 いんげん ③バナナ	①素麺 キャベツ 人参 玉葱 ②オレンジ
献立	7 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻みバナナ	8 ①7倍粥 ②野菜と鶏挽肉のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	9 ①3色粥(7倍粥) ②刻みバナナ	10 ①7倍粥 ②白身魚と野菜のトロトロ煮 ③すりおろしりんご	11 ①野菜と麩のおじや(7倍粥) ②ゆし豆腐汁 ③刻みオレンジ	12 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みバナナ
材料	①米 ②人参 キャベツ 法蓮草 絹ごし豆腐 ③バナナ	①米 ②鶏挽肉 人参 ジャガ芋 玉葱 いんげん ③オレンジ	①米 法蓮草 人参 納豆 ②バナナ	①米 ②白身魚 玉葱 人参 ③りんご	①米 人参 いんげん 麩 ②ゆし豆腐 ③オレンジ	①米 ②人参 大根 法蓮草 麩 ③バナナ
献立	14 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	15 ①7倍粥 ②野菜と白身魚の柔らか煮 ③刻みバナナ	16 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻みバナナ	17 ①野菜のおじや(7倍) ②すりおろしりんご	18 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	19 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻みバナナ
材料	①米 ②玉葱 人参 大根 ジャガ芋 麩 ③オレンジ	①米 ②白身魚 人参 ジャガ芋 玉葱 法蓮草 ③バナナ	①米 ②豆腐 人参 玉葱 キャベツ ③バナナ	①米 キャベツ 人参 玉葱 麩 ②りんご	①米 ②人参 法蓮草 玉葱 絹ごし豆腐 ③オレンジ	①米 ②大根 豆腐 人参 玉葱 ③バナナ
献立	21 ①7倍粥 ②野菜とゆし豆腐のトロトロ煮 ③刻みバナナ	22 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③すりおろし黄桃	23 お誕生会 (お弁当日) 	24 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	25 ①素麺と野菜のトロトロ煮 ②刻みオレンジ	26 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みバナナ
材料	①米 ②法蓮草 人参 玉葱 ブロッコリー 湯し豆腐 ③バナナ	①米 ①米 茄子 玉葱 絹豆腐 ③黄桃缶		①米 ②人参 玉葱 ジャガ芋 ブロッコリー 麩 ③オレンジ	①素麺 人参 玉葱 キャベツ ②オレンジ	①米 ②人参 玉葱 麩 ジャガ芋 ブロッコリー ③バナナ
献立	28 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	29 休園  昭和の日	30 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻みオレンジ	※完了期のお子様は幼児食献立の材料を刻み薄味にして提供しています。 ※材料の調達事情により、献立が変更になる場合があります。 		
材料	①米 ②麩 人参 キャベツ 玉葱 ③オレンジ	 昭和の日	①米 ②人参 小松菜 キャベツ 玉葱 ③オレンジ			