



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 | ※完了期のお子様は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。 | | | 1 ①7倍粥 ②茄子とツナのトロトロ煮 ②刻みバナナ | 2 ①7倍粥 ②豆腐と野菜のトロトロ煮 ③刻みオレンジ | 3 休園 |
| 材料 | | | | | ①米 ②茄子 玉葱 ツナ缶 ②バナナ | ①米 ②豆腐 玉葱 人参 ③オレンジ |
| 献立 | 休園 | 5 | 休園 | 6 ①7倍粥 ②野菜とツナのトロトロ煮 ③刻みオレンジ | 7 ①7倍粥 ②豆腐と野菜のトロトロ煮 ③刻みバナナ | 8 ①7倍粥 ②魚と野菜のトロトロ煮 ③刻み黄桃 |
| 材料 | | | | ①米 ②人参 玉葱 ジャガイモ ツナ缶 ③オレンジ | ①米 ②キャベツ 人参 玉葱 ピーマン 豆腐 ③バナナ | 9 ①米 ②白身魚 人参 玉ねぎ ③黄桃缶 |
| 献立 | ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③すりおろしりんご | 12 | 13 ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みバナナ | 14 ①7倍粥 ②トロトロ人参シリシリ ③刻み黄桃 | 15 ①7倍粥 ②豆腐と野菜のトロトロ煮 ③刻みオレンジ | 16 ①素麺のトロトロ煮 ②刻みバナナ |
| 材料 | ①米 ②玉葱 法蓮草 人参 豆腐 ③りんご | | | ①米 ②人参 ジャガイモ 玉葱 麩 ③バナナ | ①米 ②人参 豆腐 ツナ缶 ③黄桃缶 | ①米 玉葱 キャベツ 人参 豆腐 ②オレンジ |
| 献立 | ①野菜とツナのおじや (7倍粥) ②刻みオレンジ | 19 | 20 ①7倍粥 ②麩と野菜のトロトロ煮 ③刻みバナナ | 21 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻み黄桃 | 22 ①7倍粥 ②ツナと野菜のトロトロ煮 ③刻みオレンジ | 23 ①魚と野菜のおじや (7倍粥) ②刻みバナナ |
| 材料 | ①米 人参 玉葱 大根 ツナ缶 ②オレンジ | | | ①米 ②人参 ジャガイモ 玉葱 麩 ブロッコリー ③バナナ | ①米 ②玉葱 人参 豆腐 ③黄桃缶 | ①素麺 人参 玉葱 ツナ缶 ②オレンジ |
| 献立 | ①7倍粥 ②野菜と麩のトロトロ煮 ③刻みオレンジ | 26 | 27 ①7倍粥 ②野菜と豆腐のトロトロ煮 ③刻み黄桃 | 28 お楽しみ会 (お弁当) | 29 ①7倍粥 ②野菜とツナのトロトロ煮 ③すりおろしりんご | 30 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麩 冬瓜 ピーマン 玉葱 人参 豆腐 ③バナナ | | | | ①米 ②玉葱 ジャガイモ 人参 ツナ缶 りんご | ①うどん麺 キャベツ 人参 玉葱 ②オレンジ |