

2025年9月 乳児食 献立表



※ 献立表の記載はあくまで参考です。実際にはアレルギー等の理由で変更される場合があります。

日付	曜日	主食	献立	カロリー	たんぱく質	体をつくる	熱や力になる	体調を整える
1	月	ごはん	デミグラスハンバーグ きのごんてー 青海苔ポテト ツナとキャベツのトマト煮りんご	274	9.0	鶏肉 豚肉 青海苔 まぐろ	ごめ 植物油脂 じゃがいも	ひらたけ しいたけ マッシュルーム もやし ビーマン 人参 キャベツ トマト りんご
2	火	S	ごはん	250	8.6	鶏肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 カリフラワー とうもろこし
3	水	ごはん	さつま揚げ 肉じゃが ナスの煮ひたし たけのこの煮物 みかん	296	8.9	豚肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも 白滝	玉ねぎ 人参 たけのこ なす みかん
4	木	ごはん	こふきいも 青菜の中華炒め 焼売 厚揚げ煮 梨	276	9.6	豚肉 厚揚げ 青海苔	ごめ 植物油脂 じゃがいも	チンゲン菜 たけのこ 人参 玉ねぎ 梨
5	金	ごはん	肉団子 マカロニケチャップソテー 里芋煮 ほうれん草のごま和え 白桃	250	8.5	鶏肉 豚肉	ごめ 植物油脂 マカロニ ごま 里芋	人参 コーン グリンピース ほうれん草 玉ねぎ 白桃
8	月	ごはん	チキンソテー カレー肉じゃが 高野豆腐煮 さつま揚げ みかん	289	10.9	豚肉 豆腐 鶏肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも	いんげん 人参 みかん
9	火	ごはん	ハムステーキ 豚肉と野菜のしょうが炒め 人参煮 ほうれん草のごま和え 黄桃	301	8.8	豚肉 鶏肉	ごめ 植物油脂 ごま	玉ねぎ 人参 こまつな 黄桃
10	水	ごはん	木の葉形豆腐 じゃがいものそぼろ煮 人参のスープ煮 ブロッコリーのおかか和え りんご	243	8.0	豚肉 削り節 豆腐 すり身 ひじき	ごめ 植物油脂 じゃがいも 白滝 ごま	玉ねぎ ブロッコリー 人参 ほうれん草 れんこん りんご
11	木	ごはん	鮭じゃが お野菜のみそ炒め 焼豚 大根葉のごま和え 梨	261	7.5	さけ 豚肉	ごめ 植物油脂 じゃがいも ごま	キャベツ チンゲン菜 人参 コーン 大根葉 梨
12	金	S	ごはん	247	7.4	豚肉 まぐろ	ごめ 植物油脂 じゃがいも	黄桃 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ビーマン ブロッコリー
16	火	ごはん	鶏肉の照り焼き 根菜煮 オクラ 春雨と人参の和え物 梨	259	8.4	鶏肉	ごめ 植物油脂 春雨 ごま	ごぼう 人参 れんこん オクラ 梨
17	水	ごはん	ツナと大根の煮物 肉野菜炒め 豆乳がんも 小松菜のおひたし りんご	271	8.3	豆腐 豚肉 まぐろ	ごめ 植物油脂 ごま	キャベツ 人参 こまつな 大根 りんご
18	木	ごはん	小籠包 ひじきの煮物 さつまいも煮 ツナとわかめの和え物 黄桃	310	11.2	鶏肉 豚肉 油揚げ ひじき わかめ まぐろ	ごめ 植物油脂 白滝 ごま さつまいも	人参 コーン キャベツ 黄桃
19	金	ごはん	麻婆なす れんこんの煮物 切干大根の煮物 白桃	265	8.2	豚肉 油揚げ	ごめ 植物油脂	玉ねぎ 人参 大根 れんこん なす 白桃
22	月	ごはん	ふかしいも 豚肉ときのこのマヨ炒め 花がんも いんげんのごま和え みかん	258	7.6	豚肉 豆腐 すり身	ごめ 植物油脂 さつまいも ごま	ひらたけ しいたけ マッシュルーム ねぎ れんこん いんげん みかん
24	水	ごはん	鶏肉のケチャップソテー キャベツの塩昆布和え コーンの青のり和え ポテトサラダ 黄桃	283	8.3	すり身 昆布 鶏肉 青海苔	ごめ 植物油脂 じゃがいも	キャベツ グリンピース 人参 コーン 黄桃
25	木	ごはん	鮭とキャベツの和え物 大根としいたけの煮物 オクラのおかか和え 厚揚げ煮 梨	255	8.8	さけ 削り節 厚揚げ	ごめ 植物油脂 ごま	大根 しいたけ 人参 いんげん オクラ キャベツ 梨
26	金	ごはん	鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう たけのこの煮物 水菜と鮭の和え物 りんご	256	10.3	鶏肉 さけ	ごめ 植物油脂 ごま	ごぼう 人参 水菜 キャベツ たけのこ りんご
29	月	ごはん	さつま揚げ 豚肉とごぼうの炒り煮 大根の煮物 コーンサラダ みかん	271	9.4	豚肉 青海苔 すり身	ごめ 植物油脂 白滝	ごぼう 白菜 コーン 大根 みかん
30	火	S	ごはん	253	9.0	豆腐 豚肉 鶏肉 しらす	ごめ 植物油脂	玉ねぎ チンゲン菜 梨

※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までにお召し上がりください。

※ 使用している魚は骨を極力抜いていますが、まれに小骨が入っている可能性がありますので、喫食時にはご注意ください。

※ すり身の原材料に使用している魚はえび、かにを食べているものを含みます。

※ 一部原料はえび、かにが混ざる漁法で採取しています。

※ サラダに使用しているマヨネーズは植物油脂を主要原料としたドレッシングです。

※ 乳児食の主食はすべてやわらか白ごはんになります。

産地のご案内
 (主な物) 人参(北海道)、キャベツ(北海道 長野)、玉ねぎ(北海道 兵庫)、じゃがいも(北海道)
 小松菜・ほうれん草(熊本)、鶏肉(ブラジル)、豚肉・牛肉(オーストラリア)、魚類(欧州、ニュージーランド、チリ)、お米(国内産)