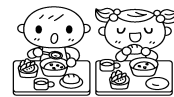


2026年



こんだてびょう



三ツ境たんぽぽ保育園

日			曜	朝おやつ	昼食	3色分類			午後おやつ
						黄 (力や体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)	
	14	28	月	プレーン ビスケット	ご飯 みそ汁 手羽元の照り煮 きゅうりの酢の物	七分つき米、強力粉、 さつまいも、砂糖、マヨ ネーズ(卵不使用)、 油、パン粉	牛乳、鶏手羽元、チー ズ、米みそ(淡色辛み そ)、ツナ水煮	バナナ、きゅうり、たま ねぎ、だいこん、コー ン、わかめ	ツナコーンパン 果物 牛乳
1	15	29	火	0・1歳児: プレーンビス ケット 2歳児: こざかな	ご飯 豆腐みそ汁 さわらのみそ照り焼き 納豆あえ	七分つき米、ビーフン、 砂糖、油、ごま油	牛乳、さわら、ひきわり納 豆、木綿豆腐、豚ひき肉、 米みそ(淡色辛みそ)、か つお節、2歳児:いわし(田 作り)	オレンジ、キャベツ、たま ねぎ、オクラ、にんじん、 たまねぎ、ごま、しょう が、わかめ、あおのり	焼きビーフン 果物 牛乳
2	16	30	水	ハイハイ ン	塩ラーメン さつま芋とレーズンのサ ラダ	中華めん、さつまいも、 マヨネーズ(卵不使 用)、砂糖	牛乳、調製豆乳、鶏も も(皮なし)	バナナ、はくさい、たま ねぎ、もやし、にんじ ん、トウモロコシ、粉かん てん、レーズン	豆乳チョコプリ ン 果物 牛乳
3	17		木	小麦胚芽 のクラッ カー	ご飯 みそ汁 さけの塩焼き ひじきの煮物	食パン、七分つき米、 砂糖	牛乳、しろさけ、油揚 げ、米みそ(淡色辛み そ)	バナナ、にんじん、たま ねぎ、いんげん、いち ごジャム、ひじき、わか め	いちごジャム サンド 果物 牛乳
4	18		金	プレーンビ スケット	フランスパン スープ チリコンカン 切干大根のサラダ	フランスパン、七分つ き米、さつまいも、砂 糖、マヨネーズ(卵不使 用)、ごま油、油	牛乳、豚ひき肉、大豆 水煮、油揚げ、豚レ バー	たまねぎ、オレンジ、 ホールトマト、にんじん、 きゅうり、にんじん、切り 干しだいこん、ごま	きつねおにぎり 果物 牛乳
5	19		土	プレーンビ スケット	ざるラーメン かぼちゃの胡麻和え	中華めん、砂糖、ごま 油	牛乳、ヨーグルト、焼き 豚	かぼちゃ、コーン、にん じん、ごま	ヨーグルト ビスケット 牛乳
7			月	プレーン ビスケット	バターチキンカレー スープ キャベツのサラダ	七分つき米、ホットケ ーキ粉、さつまいも、無塩 バター、マヨネーズ(卵不 使用)、砂糖	牛乳、鶏もも(皮なし)、 生クリーム、牛乳、ゆで あずき、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、キ ウイフルーツ、ホールト マト、にんじん、コーン	小倉パンケ ーキ 果物 牛乳
8			火	0・1歳児: プレーンビス ケット 2歳児: こざかな	ご飯 すまし汁 さけの照り焼き 白和え	七分つき米、オートミ ール、コーンフレーク、無 塩バター、砂糖、焼ふ	牛乳、しろさけ、絹ごし 豆腐、米みそ(淡色辛 みそ)、2歳児:いわし (田作り)	オレンジ、ほうれんそ う、にんじん、だいこ ん、レーズン、ごま	シリアルバー 果物 牛乳
9			水	ハイハイ ン	ミートスパゲティ ー スープ グリーンサラダ	スパゲティ、小麦粉、砂 糖、油、マヨネーズ(卵不 使用)、くりの甘露煮、片 栗粉、油、砂糖、七分つ き米	牛乳、豚ひき肉、豚レ バー、ツナ水煮	バナナ、トマトピューレ、 たまねぎ、にんじん、キャ ベツ、だいこん、きゅう り、コーン缶、ごま	～重陽の節句～ くりちゃんカッ プケーキ 果物 牛乳
10	24		木	小麦胚芽 のクラッ カー	ご飯 みそ汁 さかなのカレー照り焼き ほうれん草のごま和え	七分つき米、マカロニ、 砂糖	牛乳、カレー、油揚げ、 きな粉、米みそ(淡色 辛みそ)	バナナ、ほうれんそう、 にんじん、なす、ごま	マカロニきな粉 果物 牛乳
11			金	プレーンビ スケット	フランスパン スープ スパイシーチキン 大根ときゅうりのツナサ ラダ	フランスパン、米粉、砂 糖、油、マヨネーズ(卵 不使用)	牛乳、鶏もも肉、絹ごし 豆腐、調製豆乳、まぐ ろ	バナナ、だいこん、たま ねぎ、きゅうり、コーン、 にんじん	米粉と豆腐の ブラウニー 果物 牛乳
	25			25	ご飯 スープ スパイシーチキン 大根ときゅうりのツナサ ラダ	七分つき米、小麦粉、 砂糖、油、マヨネーズ (卵不使用)	牛乳、鶏もも肉、まぐろ	バナナ、だいこん、たま ねぎ、きゅうり、コーン、 にんじん	ココアカップ ケーキ 果物 牛乳
12	26		土	プレーンビ スケット	豚丼 みそ汁 キャベツの和風サラダ	七分つき米、さつまい も、マヨネーズ(卵不使 用)、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース) 赤身、油揚げ、米みそ (淡色辛みそ)	たまねぎ、バナナ、キャ ベツ、にんじん、コー ン、しょうが	胚芽ビスケット 果物 牛乳

給食MEMO

★献立表に記載の食材は必ず確認して下さい。

★行事、その他の都合により献立を変更することがあります。

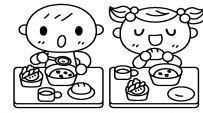
★午前のおやつは乳児クラスに提供します。麦茶が付きます。

★9月提供予定のくだもの:キウイフルーツ、オレンジ、バナナ(入荷状況により変わります。)午後おやつと一緒に果物を提供します。

2026年



こんだてびょう



離乳食初期食

三ツ境たんぽぽ保育園

日			曜	昼食	3色分類		
					黄 (力や体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)
	14	28	月	10倍粥 さつまいもの煮つぶし お麩と大根の煮つぶし	米、さつまいも、焼き麩		だいこん
1	15	29	火	しらす粥 スープ(たまねぎ) にんじんの煮つぶし	米、片栗粉	しらす	たまねぎ、にんじん
2	16	30	水	10倍粥 さつまいもの煮つぶし キャベツと豆腐の煮潰し	米、さつまいも	絹ごし豆腐	きゃべつ
3	17		木	10倍粥 スープ(たまねぎ) 鯛と人参のつぶし煮	米、片栗粉	たい	たまねぎ、にんじん
4	18		金	10倍粥 スープ(たまねぎ) さつまいもときな粉の柔らか煮	米、さつまいも、片栗粉	きな粉	たまねぎ
7			月	10倍粥 さつまいもの煮つぶし トマトと豆腐ののり煮	米、さつまいも、片栗粉	絹ごし豆腐	トマト
8			火	10倍粥 大根の煮つぶし 鯛とほうれん草の煮つぶし	米	たい	ほうれんそう、だいこん
9			水	10倍粥 にんじんの煮つぶし お麩とキャベツの煮潰し	米、焼き麩、片栗粉		キャベツ、にんじん
10			木	10倍粥 なすのトロトロ カレイとほうれん草のつぶし煮	米、片栗粉	かれい	なす、ほうれんそう
	24			10倍粥 さつまいものトロトロ カレイとほうれん草のつぶし煮	米、片栗粉、さつまいも	かれい	ほうれんそう
11	25		金	10倍粥 スープ(にんじん) 玉葱と豆腐の煮つぶし	米	絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ

離乳食に慣れるため時期です。母乳やミルクは欲しがらなくてOKです。

滑らかなトロトロ状から開始して、唇を閉じてゴックンするだけで◎です！

慣れてきたら、少しずつ水分を減らし、ベタベタけチャップ状にします。