

給食だより（後期）
2026年9月号

夙川さくら保育園



名 阪 食 品
MEIHAN SHOKUHIN

後期栄養価の平均 エネルギー（1人）146kcal たんぱく質（たん）6.4g 脂質（脂）1.7g 食塩相当量（食塩）0.3g

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き				日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料					主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	火	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 キャベツのみそ汁	ツナ 味噌	南瓜・玉ねぎ キャベツ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	15	火	昼食	お粥 マーボー豆腐風 白菜のスープ	豆腐・とりミンチ・味噌 人参 白菜・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 だし汁 濃口醤油・だし汁	
		3時	野菜粥		玉ねぎ・人参	精白米	水			3時	野菜粥		玉ねぎ・人参	精白米	水
2	水	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 大根のみそ汁	とりミンチ 味噌	小松菜・白菜 大根・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	16	水	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 じゃがいものみそ汁	ツナ 味噌 ほうれん草・人参 玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉 じゃがいも	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	マッシュポテト			じゃがいも	食塩			3時	さつまいもとりんごの甘煮		さつまいも・上白糖	水	
3	木	昼食	お粥 豆腐と野菜の煮物 ふのみそ汁	豆腐 味噌	玉ねぎ・人参 人参	精白米 上白糖 切り麩	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	17	木	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 南瓜のみそ汁	鶏ささみ 味噌 小松菜・人参 南瓜・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	かぼちゃきな粉	きな粉	南瓜	上白糖				3時	ほうれん草粥		ほうれん草	精白米	水
4	金	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 キャベツのみそ汁	鶏ささみ 味噌	ブロッコリー・人参 キャベツ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	18	金	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 白菜のみそ汁	とりミンチ 味噌 人参 白菜・人参	精白米 さつまいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	りんごゼリー		アップル100%・クールアガー	上白糖	水			3時	豆腐きな粉	豆腐・きな粉	上白糖		
5	土	昼食	うどん煮 ツナと野菜の煮物 ほうれん草の味噌煮	ツナ 味噌	白菜・人参 ほうれん草・玉ねぎ	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	19	土	昼食	うどん煮 ササミと野菜の煮物 人参の味噌煮	鶏ささみ 味噌 キャベツ・玉ねぎ 人参・玉ねぎ	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	おやつ			アンパンマンベビーセンバイ				3時	おやつ			アンパンマンベビーセンバイ	
7	月	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 人参のみそ汁	とりミンチ 味噌	人参 人参・玉ねぎ	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	24	木	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 玉ねぎのみそ汁	ツナ 味噌 キャベツ・人参 玉ねぎ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	マカロニきな粉	きな粉		マカロニ・上白糖				3時	かぼちゃの茶巾		南瓜		
8	火	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	鶏ささみ 味噌	キャベツ・ブロッコリー ほうれん草・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	25	金	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 ブロッコリーのみそ汁	鶏ささみ 味噌 人参 ブロッコリー・玉ねぎ	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	ふのとうとう煮		切り麩・上白糖	水	3時			さつまいも団子	きな粉	さつまいも・上白糖			
9	水	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 豆腐のみそ汁	タラ 豆腐・味噌	小松菜・人参 チンゲン菜	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	26	土	昼食	うどん煮 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜の味噌煮	とりミンチ 味噌 白菜・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	人参粥	人参	精白米	水	3時			おやつ			ハイハイン		
10	木	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 玉ねぎのみそ汁	ささみ 味噌	大根・人参 玉ねぎ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	28	月	昼食	お粥 豆腐と野菜の煮物 人参のみそ汁	豆腐 味噌 南瓜・玉ねぎ 人参・玉ねぎ	精白米 上白糖	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	スティックポテト		じゃがいも	食塩	3時			りんごゼリー	アップル100%・クールアガー	上白糖	水		
11	金	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 白菜のみそ汁	とりミンチ 味噌	チンゲン菜・玉ねぎ 白菜・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	29	火	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 キャベツのみそ汁	タラ 味噌 ブロッコリー・人参 キャベツ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	きな粉粥	きな粉		精白米	水			3時	ふかしいも		さつまいも		
12	土	昼食	うどん煮 ツナと野菜の煮物 ほうれん草の味噌煮	ツナ 味噌	玉ねぎ・人参 ほうれん草・人参	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	30	水	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	ツナ 味噌 大根・人参 ほうれん草・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	おやつ				野菜ハイハイン			3時	ポテトおやき		じゃがいも・片栗粉	食塩	
14	月	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 小松菜のみそ汁	タラ 白味噌	大根・人参 小松菜・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁								
		3時	蒸し南瓜		南瓜										

離乳食の形態

初期食の献立 — 5〜6ヶ月 ごっくん期 — おもゆ・10倍かゆ + 当日使用の野菜をペースト・マッシュにします

中期食の献立 — 7〜8ヶ月 もぐもぐ期 — 7倍かゆ + 後期食の食材で調味料は使用せず、だし汁のみの味付けで刻んでいます

後期食の献立 — 9〜11ヶ月 かみかみ期 — 5倍かゆ・軟飯 + 調味料でうすく味付けをしています

完了期食の献立 — 幼児食へのステップ — ご飯 + 幼児食を粗きざみします