

令和8年 りす組7月(前半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	初期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
1 (水)	麦茶・菓子	おかゆ・鮭と野菜の煮物・スープ		米、鮭、豆腐、小松菜、キャベツ、片栗粉
2 (木)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉と野菜の煮物・マッシュポテト		米、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、大根、片栗粉、じゃがいも
3 (金)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉とじゃがいもの煮物・スープ		米、鶏ささみ、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、片栗粉
4 (土)				
6 (月)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、片栗粉
7 (火)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉と野菜の煮物・スープ		米、鶏ささみ、にんじん、ほうれん草、かぼちゃ、片栗粉
8 (水)	麦茶・菓子	おかゆ・鮭と野菜の煮物・マッシュポテト		米、鮭、にんじん、じゃがいも、かぼちゃ、片栗粉、じゃがいも
9 (木)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉と野菜の煮物・マッシュポテト		米、鶏ささみ、にんじん、キャベツ、大根、片栗粉、じゃがいも
10 (金)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と夏野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、なす、かぼちゃ、ほうれん草、片栗粉
11 (土)				
13 (月)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐とキャベツの煮物・スープ		米、豆腐、キャベツ、玉ねぎ、かぼちゃ、片栗粉
14 (火)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、片栗粉
15 (水)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、片栗粉

★10:30と14:30にミルク120mlが付きます。

★だしは昆布・かつおだしを使用します。

★水分補給は麦茶になります。

★主食は10倍がゆになります。

★体調等の変化がありましたら、お知らせください。

★ご家庭での食材の練習をお願いします。また給食で使用して問題ない食材は、こまめに食材表に記入をお願いします。

★材料等の都合により献立の変更をすることがあります。あらかじめご了承ください。



令和8年 りす組7月(後半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	初期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
16 (木)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉と野菜の煮物・スープ		米、鶏ささみ、なす、玉ねぎ、にんじん、片栗粉
17 (金)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、かぼちゃ、片栗粉
18 (土)	麦茶・菓子			
21 (火)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜のトマト煮、スープ		米、豆腐、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、トマト、片栗粉
22 (水)	麦茶・菓子	おかゆ・鮭と野菜の煮物・マッシュポテト		米、鮭、大根、にんじん、小松菜、片栗粉、じゃがいも
23 (木)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉とじゃがいもの煮物・スープ		米、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、大根
24 (金)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と夏野菜の煮物・スープ		米、豆腐、玉ねぎ、なす、かぼちゃ、トマト、片栗粉
25 (土)	麦茶・菓子			
27 (月)	麦茶・菓子	おかゆ・鮭と野菜の煮物・スープ		米、鮭、にんじん、大根、かぼちゃ、片栗粉
28 (火)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、片栗粉
29 (水)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・スープ		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、大根、片栗粉
30 (木)	麦茶・菓子	おかゆ・豆腐と野菜の煮物・かぼちゃの煮つぶし		米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、青菜、片栗粉、かぼちゃ
31 (金)	麦茶・菓子	おかゆ・鶏肉と野菜の煮物・マッシュポテト		米、鶏ささみ、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、片栗粉、じゃがいも

❀離乳食のポイント❀

★10:30と14:30にミルク120mlが付きます。



初期食の食材で未喫食のものも合わせて練習をお願いします。

また、小麦やたんぱく質(大豆・鶏肉・ツナ等)についてはアレルギーを引き起こす可能性も高い食材なので、ご家庭で喫食してみてください。

次第に生活リズムが出来てくる時期です。できるだけ、食事の時間は整えていきましょう。

※体調の優れない時は、無理をせずに進めましょう。



令和8年 りす組7月(前半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	後期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
1 (水)	麦茶・菓子	軟飯・鮭と野菜の煮物・豆腐のみそ汁	フルーツジュレ・菓子	米、鮭、豆腐、小松菜、キャベツ、片栗粉、みそ、フルーツジュレ
2 (木)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・ポテトコーンスープ	根菜がゆ	米、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、大根、片栗粉、じゃがいも、コーン
3 (金)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉とじゃがいもの煮物・玉ねぎのみそ汁	煮込みそうめん	米、鶏ささみ、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、片栗粉、BFそうめん、ツナ、みそ
4 (土)	麦茶・菓子	おかゆ・白身魚と野菜の洋風煮込み・キャベツスープ	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、白身魚、キャベツ、フルーツジュレ
6 (月)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・大根のみそ汁	フルーツジュレ・菓子	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、大根、小松菜、片栗粉、フルーツジュレ
7 (火)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・ほうれん草のスープ	煮込みそうめん	米、鶏ささみ、にんじん、ほうれん草、かぼちゃ、片栗粉、ツナ、BFそうめん
8 (水)	麦茶・菓子	軟飯・鮭と野菜の煮物・クリームコーンスープ	にんじんがゆ	米、鮭、にんじん、じゃがいも、かぼちゃ、コーン、片栗粉、鶏ささみ
9 (木)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・青菜のスープ	ミルクケーキ	米、鶏ささみ、にんじん、キャベツ、大根、小松菜、玉ねぎ、じゃがいも、片栗粉、小麦粉、砂糖、
10 (金)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と夏野菜の煮物・玉ねぎのみそ汁	フルーツジュレ・菓子	米、豆腐、にんじん、なす、かぼちゃ、ほうれん草、みそ、片栗粉、フルーツジュレ
11 (土)	麦茶・菓子	おかゆ・白身魚と野菜の洋風煮込み・ポテトスープ	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、白身魚、フルーツジュレ
13 (月)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐とキャベツの煮物・玉ねぎのみそ汁	フルーツジュレ・菓子	米、豆腐、キャベツ、玉ねぎ、かぼちゃ、片栗粉、みそ、フルーツジュレ
14 (火)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・大根のみそ汁	ミルクケーキ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、大根、片栗粉、みそ、小麦粉、砂糖
15 (水)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・青菜のみそ汁	青菜がゆ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、片栗粉、みそ、小松菜

★10:30と14:30にミルク100～160mlが付きます。

★だしは昆布・かつおだしを使用します。 ★水分補給は麦茶になります。

★主食は軟飯になります。

★体調等の変化がありましたら、お知らせください。

★ご家庭での食材の練習をお願いします。また給食で使用して問題ない食材は、こまめに食材表に記入をお願いします。

★材料等の都合により献立の変更をすることがあります。あらかじめご了承ください。



令和8年 りす組7月(後半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	後期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
16 (木)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・玉ねぎのスープ	みそじゃが	米、鶏ささみ、なす、玉ねぎ、にんじん、片栗粉、じゃがいも、みそ、砂糖
17 (金)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・豆腐のスープ	野菜パンがゆ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、かぼちゃ、片栗粉、鶏ささみ、パン
18 (土)	麦茶・菓子	おかゆ・彩り野菜煮込み・中華スープ	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、鶏肉、キャベツ、片栗粉、フルーツジュレ
21 (火)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜のトマト煮・クリームコーンスープ	フルーツジュレ・菓子	米、豆腐、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、トマト、コーン、片栗粉、フルーツジュレ
22 (水)	麦茶・菓子	軟飯・鮭と野菜の煮物・じゃがいものみそ汁	野菜がゆ	米、鮭、大根、にんじん、小松菜、じゃがいも、みそ、玉ねぎ、片栗粉
23 (木)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉とじゃがいもの煮物・キャベツスープ	キャベツがゆ	米、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、大根、片栗粉、キャベツ、コーン、
24 (金)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と夏野菜の煮物・なすのみそ汁	ささみがゆ	米、豆腐、玉ねぎ、なす、かぼちゃ、トマト、片栗粉、みそ、鶏ささみ
25 (土)	麦茶・菓子	おかゆ・彩り野菜煮込み・じゃがいもの煮物	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、鶏肉、じゃがいも、フルーツジュレ
27 (月)	麦茶・菓子	軟飯・鮭と野菜の煮物・チンゲンサイのスープ	煮込みそうめん	米、鮭、にんじん、大根、かぼちゃ、チンゲンサイ、片栗粉、BFそうめん、ツナ
28 (火)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・ほうれん草のみそ汁	青菜がゆ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、片栗粉、玉ねぎ、みそ、鶏ささみ
29 (水)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・豆腐のスープ	ミルクケーキ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、大根、片栗粉、小麦粉、砂糖
30 (木)	麦茶・菓子	軟飯・豆腐と野菜の煮物・かぼちゃのみそ汁	にんじんがゆ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、青菜、片栗粉、かぼちゃ、鶏ささみ
31 (金)	麦茶・菓子	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・ポテトスープ	キャベツがゆ	米、鶏ささみ、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、片栗粉、じゃがいも、チンゲンサイ

🌸食事のポイント🌸

食べ物を上あごに押し付けてつぶし、食べる練習をはじめます。

食材のかたさはバナナくらいが目安です。

◎後期食(9~12か月頃)手づかみ食べをさせてみましょう！

手づかみ食べは生後9か月頃からはじまり、1歳過ぎの子どもの発育および発達のためにさせてあげたい行動です。



令和8年 りす組7月(前半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	完了期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
1 (水)	牛乳・菓子	ごはん・鮭の照り焼き・のり和え・豆腐のみそ汁	果物(黄桃)・菓子	牛乳、米、鮭、しょうが、油、小松菜、キャベツ、にんじん、のり、豆腐、ねぎ、わかめ、みそ、黄桃
2 (木)	牛乳・菓子	スタミナごはん・コロコロ野菜のごま酢サラダ・ポテトコーンスープ	星のジャムパン	牛乳、米、豚肉、しょうが、玉ねぎ、にんじん、にら、片栗粉、大根、きゅうり、砂糖、油、ごま、コーン、じゃがいも、パン
3 (金)	牛乳・菓子	ごはん・ねぎダレチキン・粉ふき芋・きのこのみそ汁	煮込みそうめん	牛乳、米、鶏肉、ねぎ、ごま、油、じゃがいも、にんじん、えのきたけ、しめじ、玉ねぎ、みそ、BFそうめん、ツナ
4 (土)	麦茶・菓子	ごはん・白身魚と野菜の洋風煮込み・キャベツスープ	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、白身魚、キャベツ、フルーツジュレ
6 (月)	牛乳・菓子	ごはん・豆腐のチャンプルー・大根のみそ汁	フルーツジュレ・菓子	牛乳、米、豆腐、豚肉、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、油、かつお節、片栗粉、大根、小松菜、油揚げ、みそ、フルーツジュレ
7 (火)	牛乳・菓子	七夕寿司、煮びたし・お星さまスープ	煮込みそうめん	牛乳、米、砂糖、鶏肉、にんじん、しいたけ、いんげん、コーン、油、ほうれん草、もやし、ねぎ、米粉マカロニ、ビーフン、ベーコン、BFそうめん、ツナ
8 (水)	牛乳・菓子	ごはん・鮭のムニエル・キャロットラペ・クリームコーンスープ	にんじんがゆ	牛乳、米、鮭、米粉、バター、にんじん、きゅうり、砂糖、じゃがいも、コーン、鶏ささみ
9 (木)	牛乳・菓子	回鍋肉丼・大根の和え物・青菜のスープ	ミルクケーキ	牛乳、米、油、にんじん、キャベツ、しょうが、しいたけ、ねぎ、ピーマン、豚肉、みそ、片栗粉、大根、小松菜、玉ねぎ、小麦粉、砂糖
10 (金)	牛乳・菓子	じゃこの香りごはん、ごま和え、玉ねぎのみそ汁	フルーツジュレ・菓子	牛乳、米、ちりめん、砂糖、しょうが、豆腐、にんじん、なす、かぼちゃ、ほうれん草、玉ねぎ、みそ、フルーツジュレ
11 (土)	麦茶・菓子	スパゲッティナポリタン・ポテトスープ	フルーツジュレ・菓子	スパゲッティ、豚肉、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、フルーツジュレ
13 (月)	牛乳・菓子	豚肉とごぼうのまぜごはん・たたききゅうり・キャベツのみそ汁	フルーツジュレ・菓子	牛乳、米、豚肉、しょうが、ごぼう、油、きゅうり、砂糖、キャベツ、玉ねぎ、豆腐、みそ、フルーツジュレ
14 (火)	牛乳・菓子	ごはん・里芋のそぼろ煮・油揚げと大根のみそ汁	ミルクケーキ	牛乳、米、鶏肉、しょうが、にんじん、玉ねぎ、里芋、砂糖、片栗粉、大根、油揚げ、ねぎ、みそ、小麦粉
15 (水)	牛乳・菓子	にんじんとあげのごはん・肉豆腐・青菜のみそ汁	青菜がゆ	牛乳、米、にんじん、油揚げ、砂糖、豚肉、玉ねぎ、豆腐、片栗粉、小松菜、もやし、鶏肉

- ★10:30と14:30に牛乳60mlが付きます。
- ★だしは昆布・かつおだしを使用します。 ★水分補給は麦茶になります。
- ★主食はごはん(幼児食の取り分け)になります。
- ★体調等の変化がありましたら、お知らせください。
- ★ご家庭での食材の練習をお願いします。また給食で使用して問題ない食材は、こまめに食材表に記入をお願いします。
- ★材料等の都合により献立の変更をすることがあります。あらかじめご了承ください。



令和8年 りす組7月(後半)予定献立表 日野市立しんさかした保育園



離乳食	完了期食			
日(曜)	9:00	10:30	14:30	主な食材
16 (木)	牛乳・菓子	なすのミートソーススパゲティ・玉ねぎのスープ	みそじゃが	牛乳、スパゲティ、油、豚肉、なす、玉ねぎ、にんじん、バター、小麦粉、トマト、チーズ、じゃがいも、みそ
17 (金)	牛乳・菓子	おさかな丼・ほうれん草のさっぱり和え・海藻のすまし汁	メロンパン風トースト	牛乳、米、ツナ、にんじん、玉ねぎ、油、砂糖、ごま、片栗粉、ほうれん草、もやし、豆腐、もずく、わかめ、ねぎ、パン、バター、小麦粉
18 (土)	麦茶・菓子	おかゆ・彩り野菜煮込み・中華スープ	フルーツジュレ・菓子	米、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、鶏肉、キャベツ、片栗粉、フルーツジュレ
21 (火)	牛乳・菓子	トマトカレーピラフ・フレンチサラダ・クリームコーンスープ	フルーツジュレ・菓子	牛乳、米、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、トマト、キャベツ、きゅうり、にんじん、砂糖、豆腐、コーン、フルーツジュレ
22 (水)	牛乳・菓子	ごはん・鮭と野菜の煮物・じゃがいものみそ汁	野菜がゆ	牛乳、米、鮭、大根、にんじん、小松菜、油、砂糖、片栗粉、じゃがいも、油揚げ、玉ねぎ
23 (木)	牛乳・菓子	ハッシュドポークライス・ピーチサラダ・キャベツスープ	キャベツがゆ	牛乳、米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、油、トマト、バター、大根、きゅうり、黄桃、キャベツ、コーン、鶏ささみ
24 (金)	牛乳・菓子	ごはん・蒲焼き風ハンバーグ・夏野菜の和え物・なすのみそ汁	ささみがゆ	牛乳、米、鶏肉、玉ねぎ、油、ひじき、豆腐、片栗粉、砂糖、青のり、なす、きゅうり、いんげん、トマト、砂糖、みそ
25 (土)	麦茶・菓子	五目うどん・じゃがいもの煮物	フルーツジュレ・菓子	うどん、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、ほうれん草、ツナ、砂糖、じゃがいも、フルーツジュレ
27 (月)	牛乳・菓子	鮭チャーハン・きゅうりと大根の華風漬け・春雨スープ	煮込みそうめん	牛乳、米、鮭、にんじん、しいたけ、ねぎ、コーン、油、きゅうり、大根、砂糖、チンゲンサイ、春雨、BFそうめん、ツナ
28 (火)	牛乳・菓子	ごはん・筑前煮・ほうれん草のみそ汁	青菜がゆ	牛乳、米、鶏肉、砂糖、にんじん、たけのこ、ごぼう、里芋、ほうれん草、玉ねぎ、油揚げ
29 (水)	牛乳・菓子	ビビンバ・コロコロサラダ・豆腐のスープ	ミルクケーキ	牛乳、米、豚肉、砂糖、コーン、にんじん、青菜、大根、にんじん、きゅうり、油、豆腐、玉ねぎ、わかめ、小麦粉
30 (木)	牛乳・菓子	ごはん・豚肉の生姜焼き・土佐和え・かぼちゃのみそ汁	にんじんがゆ	牛乳、米、豚肉、しょうが、玉ねぎ、油、片栗粉、青菜、にんじん、キャベツ、かつお節、かぼちゃ、ねぎ、油揚げ、鶏ささみ
31 (金)	牛乳・菓子	ごはん・鶏肉のカレーパン粉焼き・キャベツとコーンのソテー・ポテトスープ	キャベツがゆ	牛乳、米、鶏肉、パン粉、ノンエッグマヨネーズ、油、キャベツ、にんじん、コーン、玉ねぎ、じゃがいも、チンゲンサイ

✿食事のポイント✿

1歳を過ぎ、保育園では幼児食の取り分けを少しずつ進めていきます。

幼児食では、0歳の食材表以外の食材も少しずつ使用していきます。

献立表を確認の上、未喫食の食材等あるようでしたら、ご家庭で事前にお試しいただけますようお願いいたします。

また、何かありましたら栄養士までお声がけください。

