



バンビ保育園

令和2年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)		
		午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり			午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり
1	ごはん ハンバーグ(サラダ菜) トマトサラダ パンプキン豆乳スープ 梨	クラッカー	黒糖ケーキ	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン(卵不使用) ツナ缶	精白米	玉ねぎ トマト レタス きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ 梨	15	沖縄そば 焼きかぼちゃ コーンサラダ バナナ	ビスケット	おにぎり	豚三枚肉 丸かまぼこ(卵不使用) わかめ	沖縄そば(茹)	刻み昆布 山東菜 かぼちゃ Hコーン缶 キャベツ きゅうり バナナ
2	お弁当会(ウーケイ)	せんべい	げんまい棒				16	ごはん(強化米入り) 豚肉のしょうが焼き きんぴらごぼう きゅうりの中華風 すまし汁	せんべい	ゼリー	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	レタス ごぼう 人参 ニラ 糸こんにゃく ほんしめじ きゅうり たけのこ ネーブル
3	ごはん(強化米入り) 鮭のもみじ焼き こんにゃくのソテー オクラ納豆 みそ汁	ビスケット	焼き芋	鮭 豚肩ロース ひきわり納豆 油揚げ わかめ	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく 人参 Hコーン缶 小松菜 オクラ とうがん ネーブル	17	スパゲティミートソース 芋とひじきのサラダ 白菜スープ バナナ	クラッカー	いなり寿司	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ 干ひじき ベーコン(卵不使用)	スパゲティ さつま芋	人参 玉ねぎ トマト ピーマン 白菜 Cコーン缶 赤ピーマン バナナ
4	のりごはん(強化米入り) 厚揚げのきのこソース ほうれん草のソテー 春雨スープ バナナ	クラッカー	アップルケーキ	厚揚げ 鶏ひき肉 ベーコン(卵不使用) 豚肉	精白米 強化米 春雨	えのきたけ ほうれん草 もやし 人参 たけのこ キャベツ バナナ	18	マージンごはん 魚と野菜の甘酢あんかけ ごまかぼちゃ もずくの酢物 みそ汁	クラッカー	いちごジャム入りマフィン	白身魚 もずく 豆腐	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 人参 青ピーマン たけのこ きゅうり かぼちゃ 大根 梨
5	ホワイトシチュー すまし汁 ネーブル	***	亀の甲せんべい	鶏肉	精白米 じゃが芋	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 キャベツ ニラ ネーブル	19	炊き込みごはん みそ汁 ネーブル	***	げんまい棒	鶏ひき肉 油揚げ わかめ ひじき	精白米 強化米	人参 玉ねぎ しいたけ 小松菜 ニラ ネーブル
7	豚肉のみそどんぶり ひじきサラダ フライドポテト みそ汁 ネーブル	クラッカー	黒糖ケーキ	豚肉 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 じゃが芋	赤ピーマン チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり 人参 Hコーン缶 へちま ネーブル	23	マージンごはん レバーフライ 春雨の中華炒め ゴマじゃが そうめん汁	せんべい	もずく入りヒラヤーチー	豚レバー 豚肩ロース	精白米 もちきび 春雨 じゃが芋 そうめん	たけのこ 人参 キャベツ しめじ さいいんげん ネーブル バナナ
8	マージンごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの煮物 スライスマト みそ汁	ビスケット	パン	豚肉 干ひじき 油揚げ 豆腐	精白米 強化米 もちきび	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 さいいんげん トマト 大根 スイカ	24	キーマカレー(強化米入り) きゅうりの甘酢あえ コーンスープ 桃缶	ビスケット	原宿ドック	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ ピーマン トマト缶 きゅうり コーン缶 キャベツ 桃缶
9	ごはん(強化米入り) さばの塩焼き 五目きんぴら スライスマト もずくスープ	せんべい	ミニマドレーヌ	さば 鶏もも肉 竹小町 もずく 豆腐	精白米 強化米	ごぼう 人参 糸こんにゃく 干しいたけ トマト えのきたけ ネーブル	25	きのこごはん 魚の照り焼き 切干大根のゴマ酢あえ ブロッコリー ゆし豆腐汁	クラッカー	キャラットサンド	干ひじき ツナ缶 白身魚 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米	しめじ えのきたけ 赤ピーマン 干しいたけ 切干大根 人参 ごぼう きゅうり ブロッコリー
10	マージンごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリー くずきりの甘酢あえ みそ汁	クラッカー	せんべい	鶏もも肉 豚肉 ツナ缶 わかめ ハム 油揚げ	精白米 強化米 もちきび コーンフレーク くずきり じゃが芋	人参 ブロッコリー(冷) もやし きゅうり ニラ りんご	26	鶏肉の照り焼き丼 スティックきゅうり みそ汁 ネーブル	***	タンナファクルー	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米	人参 さいいんげん きゅうり 大根 ネーブル
11	マージンごはん 肉みそ豆腐 ほうれん草炒め ゴマじゃが 魚のみそ汁	クラッカー	パン	厚揚げ 豚ひき肉 竹小町 ツナ缶 白身魚	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 大根 梨	28	ごはん(強化米入り) 豚肉のソテー(りんごソース) ひじきの五目煮 スライスマト 魚のみそ汁	クラッカー	焼き芋	豚肩ロース 干ひじき 竹小町 油揚げ 白身魚	精白米 強化米	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ニラ トマト 大根 ネーブル
12	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 ネーブル	***	くろ棒	鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 Hコーン缶 GP きゅうり たけのこ ネーブル	29	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん ほうれん草炒め トマトサラダ みそ汁	ビスケット	スコーン	鶏胸肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	ほうれん草 人参 玉ねぎ トマト レタス きゅうり ニラ 梨
14	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き とうがんのそぼろ煮 ブロッコリー みそ汁	クラッカー	さつま芋ケーキ	わかめ さば しらす干し 油揚げ ツナ缶	精白米 強化米	人参 GP とうがん ブロッコリー へちま ねぎ ネーブル	30	ごはん(強化米入り) 麻婆なす ブロッコリーのしらすあえ 中華スープ ネーブル	せんべい	ミニアメリカンドック	豆腐 豚ひき肉 しらす干し	精白米 強化米 春雨	なす 玉ねぎ 人参 ブロッコリー チンゲン菜 長ねぎ Hコーン缶 ネーブル

★ 材料、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。
★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。



★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。