



幼児食こんだて

バンビ保育園

平成30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 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(食食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(食食)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
1 土 3 月	ビーフシチュー コーンスープ バナナ	ウエハース 亀の甲せんべい ミルク		精白米 カルライナス	玉ねぎ 人参 キャベツ えのきたけ ほうれん草	15 土 18 火	カレーピラフ風 ポイルウインナー ブロッコリー すまし汁 バナナ	ウエハース タンナファクルー ミルク	鶏肉 ウインナー 豆腐 わかめ	精白米	人参 Hコーン缶 玉ねぎ ブロッコリー 大根 バナナ マッシュルーム グリーンピース
	Feあわごはん 魚のかき揚げ ゴーヤーチャンプルー 梨 カリカリきゅうり もずくスープ	クラッカー ゴマ風味焼き菓子 ミルク	魚すり身 卵 豆腐 もずく	精白米 カルライナス あわ	赤ピーマン ニラ ニガウリ 人参 もやし 玉ねぎ しめじ		Feごはん 鮭のもみじ焼き こんにやくのソテー ネーブル オクラ納豆 みそ汁	カンパン もずく入りヒラヤーチー ミルク	鮭 鶏ささみ ひきわり納豆 わかめ	精白米 カルライナス さつま芋	人参 糸こんにやく 人参 Hコーン缶 小松菜 オクラ とうがん
	Feごはん 豆腐の小判揚げ パクチョイ炒め 春雨スープ スイカ	カンパン チンピン ミルク	豆腐 むきえび 鶏ひき肉 かまぼこ 豚薄切り肉	精白米 カルライナス 春雨	人参 玉ねぎ パクチョイ 人参 しめじ 玉ねぎ たけのこ		ごはん レバーのゴマソースがらめ 春雨の中華炒め ネーブル ゴマじゃが そうめん汁	せんべい ブラウニー ミルク	豚レバー 卵 豚もも肉	精白米 春雨 じゃが芋 そうめん	たけのこ(水 煮) 人参 キャベツ しめじ さやいんげん ネーブル
	キーマカレー きゅうりの甘酢あえ コーンスープ 桃缶	せんべい パン ミルク	鶏ひき肉 しらす干し わかめ ハム もずく	精白米 カルライナス じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン ホールトマト 缶 きゅうり		きのこごはん 魚の照り焼き 梨 切干大根のゴマ酢あえ スライストマト みそ汁	ビスケット ミニキャロットサンド ミルク	油揚げ 干ひじき 赤魚 鶏ささみ 絹ごし豆腐 わかめ ツナ缶	精白米	しめじ えのきたけ 赤ピーマン 干しいたけ 切干大根 人参 きゅうり
	スパゲティミートソース ブロッコリー 芋とひじきのサラダ 白菜スープ パイン	クラッカー せんべい 固形ヨーグルト	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ 干ひじき ベーコン	スパゲティ さつま芋	人参 玉ねぎ マッシュルーム トマト セロリ ブロッコリー 白菜		ごはん(青のり) ハンバーグ 白菜スープ ほうれん草炒め ヨーグルトサラダ	クラッカー うさぎさんクッキー 十五夜デザート 24日は八月十五夜	豚ひき肉 牛ひき肉 豆腐 Pヨーグルト ベーコン	精白米	玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 バナナ みかん缶 パイン缶 りんご
7 金 8 土 10 月	Feあわごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ネーブル スライストマト みそ汁	クラッカー パン ミルク	豚薄切り肉 干ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス あわ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにやく ニラ トマト なす	22 土 25 火 26 水	炊き込みごはん トマト 豚汁 ネーブル	ウエハース せんべい ミルク	鶏もも肉 油揚げ 豚肉	精白米 さつま芋	人参 トマト レタス きゅうり 大根 干しいたけ ネーブル
	鶏肉のあんかけ丼 トマト ゆし豆腐 ネーブル	ウエハース タンナファクルー ミルク	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 カルライナス	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 きゅうり トマト ブロッコリー		もずくどんぶり ポテトサラダ ブロッコリー みそ汁 ネーブル	クラッカー ゴマクッキー ミルク	もずく 豚ひき肉 卵 油揚げ わかめ	精白米 じゃが芋	ピーマン 赤ピーマン 人参 きゅうり りんご レーズン ブロッコリー
	三色ごはん ひじきのフレンチあえ フライドポテト みそ汁 ネーブル	クラッカー オートミールクッキー ミルク	鶏ひき肉 豚ひき肉 干ひじき ハム 油揚げ わかめ	精白米 じゃが芋	人参 小松菜 きゅうり Hコーン缶 へちま ネーブル		 お弁当会 				
11 火 12 水	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 豆乳シチュー 梨	カンパン ミニマドレーヌ ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 鶏ささみ しらす干し	ロールパン マカロニ じゃが芋 精白米	玉ねぎ パイナップル みかん缶 りんご レーズン きゅうり 人参	27 木 28 金	あわごはん さばの塩焼き 人参シリシリー りんご くずきりの甘酢あえ みそ汁	せんべい オートミールスナック ミルク	サバ 竹小町 ツナ缶 わかめ ハム	精白米 あわ くずきり	人参 ブロッコリー もやし きゅうり えのきたけ チンゲン菜 りんご
	Feごはん 沖縄風煮つけ きゅうりの甘酢あえ 中華スープ ネーブル	せんべい せんべい ゼリー	豚もも肉 厚揚げ しらす干し わかめ	精白米 カルライナス 春雨	大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり チンゲン菜 長ねぎ		Feあわごはん 魚フライ かぼちゃの煮物 すまし汁 キャベツのツナあえ 梨	カンパン ケーキ ミルク	白身魚 卵 ツナ缶 わかめ	精白米 カルライナス あわ	ネーブル かぼちゃ キャベツ きゅうり たけのこ梨
13 木 14 金	あわごはん 肉みそ豆腐 ほうれん草炒め ヨーグルトサラダ みそ汁	バナナ パン ミルク	豚ミンチ 竹小町 ツナ缶 わかめ 厚揚げ	精白米 あわ	玉ねぎ ほうれん草 Hコーン バナナ りんご みかん缶 パイナップル	29 土	ホワイトシチュー すまし汁 バナナ	ウエハース くろ棒 ミルク	豚薄切り肉 しらす干し わかめ 鶏肉	精白米	キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 バナナ
	沖縄そば かぼちゃ天ぷら コーンサラダ バナナのヨーグルト添え	胚芽クラッカー おにぎり ミルク	豚肉 丸かまぼこ わかめ Pヨーグルト	沖縄そば	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		★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。 ★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。				

