



バンビ保育園

幼児食こんだて

平成31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(昼食)			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(昼食)			
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり	
1月	ごはん(強化米入り) チキン照り焼き 人参シリシリ みそ汁 くずきりの甘酢あえ りんご	クラッカー 紅白カルカン バナナ・ジュウス 入園式	鶏もも肉 竹小町 ツナ缶 わかめ ハム 豆腐	精白米 強化米 くずきり	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり えのきたけ 小松菜 りんご	15月	あわごはん(強化米入り) さばのみそ煮 こんにゃくのソテー りんご トマトサラダ みそ汁	クラッカー ミルク 蒸し芋	さば(生) 鶏ささみ 油揚げ	精白米 強化米 あわ さつま芋	長ねぎ ごぼう 人参 糸こんにゃく 小松菜 トマト とうが りんご	
2火	キーマカレー(強化米入り) きゅうりの甘酢あえ レタスのスープ りんご	ビスケット メイプルケーキ ミルク	鶏ひき肉 しらす干し わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 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	16火	あわごはん 沖縄風煮つけ きゅうりの甘酢和え みそ汁 ネーブル	カンパン せんべい ゼリー	豚もも肉 厚揚げ しらす干し わかめ 油揚げ	精白米 あわ	大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり かぼちゃ ネーブル	
3水	あわごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャップあん かぼちゃの煮物 春雨スープ 大豆サラダ ネーブル	カンパン もずく入りヒラヤーチー ミルク	白身魚 大豆 (未満児 ペースト) 豚薄切り肉 ハム もずく	精白米 強化米 あわ 春雨	かぼちゃ 人参 きゅうり たけのこ 白菜 ネーブル ニラ	17水	お弁当会			ビスケット 焼き菓子(ザブレ風) ミルク		
4木	あわごはん(強化米入り) 豚肉しょうが焼き ひじきの五目煮 みそ汁 蒸しかぼちゃ 桃缶	せんべい パン ミルク	豚薄切り肉 干ひじき 竹小町 わかめ	精白米 強化米 あわ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく かぼちゃ 大根 桃缶	18木	ごはん(強化米入り) 豚肉しょうが焼き 春雨の中華炒め ネーブル マッシュポテト みそ汁	せんべい パン ミルク	豚薄切り肉 豚もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 春雨 じゃが芋	赤ピーマン 玉ねぎ たけのこ(水 煮) 人参 キャベツ しめじ ネーブル	
5金	ごはん(強化米入り) チキンゴマ焼き みそ汁 切干大根のイリチー パナナ ほうれん草のツナ炒め	クラッカー せんべい 固形ヨーグルト	鶏もも肉 豚肉 ツナ缶 油揚げ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草 ニラ バナナ	19金	ごはん レバーのゴマソースがらめ 野菜チャンプルー ネーブル きゅうりの甘酢 みそ汁	カンパン マーブルケーキ ミルク 食育の日	豚レバー 豆腐 ポーク缶 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	キャベツ 人参 もやし Hコーン缶 ネギ きゅうり ニラ ネーブル	
6土	炊き込みごはん ポイルウインナー 豚汁 ネーブル	ウエハース タンナファクルー ミルク 7日:浜下り	鶏もも肉 油揚げ ウインナー 豚肉	精白米 強化米	人参 ブロッコリー キャベツ Hコーン缶 大根 干しいたけ 昆布	20土	豚肉のみそどんぶり ブロッコリー すまし汁 パイン	ウエハース 亀の甲せんべい ミルク 21日:もずくの日	豚薄切り肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	赤ピーマン ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ Hコーン缶 たけのこ (水) パイン缶	
8月	スパゲティミートソース マッシュポテト カリカリきゅうり コーンスープ バナナのヨーグルト添え	クラッカー いなり寿司 ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ Pヨーグルト	スパゲティ じゃが芋 むきごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり バナナ	22月	きのこごはん 魚の照り焼き くずきりの甘酢あえ 豚汁 パナナ	クラッカー ミニマドレーヌ ミルク	油揚げ ツナ缶 わかめ ハム 豚肉	精白米 強化米 くずきり	しめじ えのきたけ 赤ピーマン 干しいたけ きゅうり 大根 人参 バナナ	
9火	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが ヨーグルトサラダ	ビスケット みそおにぎり ミルク	豚肉 丸かまぼこ Pヨーグルト ツナ缶	沖縄そば (茹) じゃが芋	刻み昆布 山東菜 Hコーン缶 トマト ブロッコリー バナナ みかん缶	23火	ごはん(強化米入り) 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリー ネーブル きゅうりのごまあえ ゆし豆腐	クラッカー パン ミルク	鶏もも肉 竹小町 ツナ缶 ゆし豆腐	精白米 強化米 ごま	人参 ブロッコリー もやし きゅうり ネーブル	
10水	たけのこごはん 鮭のみそマヨ焼き 春雨サラダ とうがん汁 ネーブル	せんべい パン ミルク	鶏もも肉 油揚げ 鮭 ハム わかめ	精白米 強化米 春雨	たけのこ もやし きゅうり 人参 とうが ネーブル	24水	きつねうどん 芋とひじきのサラダ ほうれん草おかかあえ バナナのヨーグルト添え	ビスケット ツナマヨおにぎり ミルク	油揚げ 豚肉 干ひじき Pヨーグルト ツナ缶	茹うどん さつま芋 精白米	玉ねぎ 人参 ほうれん草 白菜 バナナ キャベツ	
11木	あわごはん(強化米入り) 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草炒め ネーブル ブロッコリー レタスのスープ	カンパン せんべい プリン	鶏もも肉 豚肉 わかめ	精白米 強化米 あわ	ほうれん草 人参 糸こんにゃく ニラ GP ほんしめじ ブロッコリー ネーブル	25木	ごはん(強化米入り) 豆腐のかき揚げ りんご かぼちゃのそぼろ煮 春雨サラダ みそ汁	せんべい 黒糖ケーキ ミルク	豆腐 竹小町 卵 豚ひき肉 ハム わかめ	精白米 強化米 春雨	人参 干しいたけ かぼちゃ 玉ねぎ もやし きゅうり 人参 りんご	
12金	もずくどんぶり マカロニサラダ すまし汁 パイン	ビスケット パン ミルク	豚ひき肉 わかめ 絹ごし豆腐 もずく	精白米 強化米 マカロニ	人参 きゅうり キャベツ たけのこ ねぎ パイン りんご 人参	26金	カレーピラフ 魚の竜田揚げ トマトサラダ ポテトスープ パナナ	クラッカー ケーキ ミルク	鶏もも肉 白身魚	精白米 強化米 じゃが芋	人参 マッシュルーム Hコーン缶 GP トマト レタス バナナ	
13土	あわごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 スティックきゅうり コーンスープ ネーブル	ウエハース 黒棒 ミルク	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米 あわ	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ きゅうり Hコーン缶 ネーブル	27土	ビーフシチュー 野菜スープ バナナ	ウエハース げんまい棒 ミルク	牛肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 レタス トマト じゃが芋 きゅうり 白菜 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。 ★「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。

★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。

