



幼児食こんだて

バンビ保育園

令和 元年

※ 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
7	キーマカレー(強化米入り) ブロッコリーのゴマあえ すまし汁 桃缶	クラッカー	こいのぼりクッキー ミルク	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋 ごま	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン トマト缶 ブロッコリー たけのこ	21	あわごはん(強化米入り) 豚肉みそ焼き スイカ 人参シリシリー みそ汁 ひじきのフレンチあえ	カンパン せんべい ゼリー	豚肉 竹小町 ツナ缶 干ひじき ハム わかめ	精白米 強化米 あわ	人参 ブロッコリー もやし きゅうり Hコーン缶 へちま スイカ	
8	お弁当会	せんべい サーターアンダギー ミルク					22	フーチバージュシー 豚の角煮風 切干大根のゴマ酢あえ みそ汁 ネーブル	カンパン メイプルケーキ ミルク	ツナ缶 豚三枚肉 鶏ささみ 油揚げ	精白米 強化米	よもぎ レタス 切干大根 人参 きゅうり ごぼう なす ネーブル	
9	ごはん(強化米入) 豆腐ハンバーグ 昆布イリチー みそ汁 温サラダ スイカ	カンパン さつま芋のケーキ ミルク		牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 豚三枚肉 わかめ	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ 刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく Hコーン缶 トマト ブロッコリー	23	ごはん(強化米入り) ちぐさ焼き風 みそ汁 ゴマじゃが スイカ ひじきのフレンチあえ	ビスケット 人参ケーキ ミルク	鶏ひき肉 豆腐 干ひじき ハム わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ 干しいたけ きゅうり Hコーン缶 大根 スイカ 人参	
10	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 魚のみそ汁 スライストマト ネーブル	ビスケット パン ミルク		豚薄切り肉 干ひじき 竹小町 赤魚	精白米 強化米 あわ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく トマト 大根 ニラ ネーブル	24	スパゲティミートソース かみかみごぼう レタスのスープ バナナ・ヨーグルト添え	あられ みそおにぎり ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ わかめ Pヨーグルト	スパゲティ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ごぼう レタス	
11	親子丼 すまし汁 ネーブル	ウエハース げんまい棒 ミルク		鶏もも肉 豆腐 わかめ 卵	精白米 カルライナス	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ネギ きゅうり えのきたけ ネーブル	25	ホワイトシチュー ごはん すまし汁 ネーブル	ウエハース タンナンファンクル ミルク	鶏肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	キャベツ 人参 玉ねぎ ブロッコリー マッシュルーム ネーブル	
13	三色ごはん ポテトサラダ 豚肉と白菜のスープ ネーブル	クラッカー せんべい 固形ヨーグルト		鶏ひき肉 豚ひき肉 豚肉	精白米 じゃが芋	人参 小松菜 人参 きゅうり りんご レーズン 白菜 小松菜	27	納豆ごはん さばのみそ焼き 人参シリシリー 鶏肉汁 マッシュポテト ネーブル	クラッカー 黒糖ケーキ ミルク	さば 竹小町 納豆	精白米 強化米 じゃが芋	人参 ブロッコリー (冷) もやし とうがん 干しいたけ チンゲン菜 ネーブル	
14	ごはん レバーゴマソースがらめ きんぴらごぼう ゆし豆腐 くずきりの甘酢あえ パイン	カンパン ブラウニー ミルク		豚レバー 卵 鶏もも肉 わかめ ハム ゆし豆腐	精白米 くずきり	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ ほんしめじ きゅうり パイン	28	フィッシュカツカレー カリカリきゅうり わかめスープ りんご	ビスケット ミニマドレーヌ ミルク	白身魚 わかめ	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 きゅうり みつば りんご	
15	沖縄そば かぼちゃのから揚げ キャベツのツナあえ バナナ	せんべい しらすおにぎり ミルク		豚肉 丸かまぼこ ツナ缶 しらす干し	沖縄そば 精白米 強化米	刻み昆布 かぼちゃ キャベツ きゅうり バナナ	29	もずくどんぶり パンプキンサラダ キャベツのツナあえ ゆし豆腐 ネーブル	せんべい パン ミルク	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 ゆし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 かぼちゃ キャベツ きゅうり ネーブル	
16	ごはん(強化米入) 鶏のから揚げ パイン ポテトの豆乳グラタン トマトサラダ コーンスープ	ビスケット ヨーグルト入りスコーン ミルク		鶏もも肉 ベーコン ツナ缶	じゃが芋 精白米 強化米	玉ねぎ 人参 ブロッコリー トマト レタス きゅうり コーン缶 ほうれん草	30	あわごはん(強化米入り) チキン照り焼き みそ汁 ゴーヤーチャンプルー きゅうりの甘酢あえ スイカ	カンパン せんべい ゼリー	鶏もも肉 豆腐 卵 しらす干し わかめ	精白米 強化米 あわ さつま芋	玉ねぎ 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり 大根	
17	磯ごはん 豆腐ハンバーグ 温サラダ そうめん汁 ネーブル	クラッカー パン ミルク		わかめ 豆腐 鶏ひき肉 干ひじき 卵	精白米 強化米 そうめん	赤ピーマン GP 玉ねぎ 赤ピーマン Hコーン缶 トマト ブロッコリー ネーブル	31	ごはん(強化米入り) 鶏肉のマーメレード焼き 麻婆豆腐 バナナ 春雨サラダ コーンスープ	あられ キャロットサンド ミルク	鶏肉 豆腐 鶏ひき肉 ハム	精白米 強化米 春雨	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きゅうり ほうれん草 Hコーン缶	
18	あわごはん(強化米入り) 野菜炒め 豚汁 バナナ	ウエハース くろ棒 ミルク		鶏ミンチ 豚肉	精白米 強化米 あわ	玉ねぎ 人参 Hコーン缶 キャベツ きゅうり 大根 干しいたけ 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。 ★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。 ★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。						
20	ごはん(強化米入り) 鮭のタルタル焼き かぼちゃの煮物 ネーブル 春雨サラダ すまし汁	クラッカー 蒸し芋 ミルク		鮭 ハム	精白米 強化米 春雨 さつま芋	玉ねぎ かぼちゃ もやし きゅうり 人参 たけのこ えのきたけ ネーブル							