



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	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おもな材料(昼食)				
		おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる			みどり 体の調子をよくする	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよくする
1 水	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん かぼちゃの煮物 もずくの酢物 みそ汁 ネーブル	せんべい バナナ・カルカン ジュース	白身魚 もずく 油揚げ	精白米 強化米 もちきび	かぼちゃ さやいんげん きゅうり 大根 ネーブル	16 木	マージンごはん チキン照り焼き 人参シリシリ くずきりの甘酢あえ みそ汁 ネーブル	ビスケット パン 保育乳	鶏もも肉 竹小町 わかめ ハム 豆腐	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり 大根 ネーブル
	キーマカレー(強化米) きゅうりの甘酢あえ すまし汁 バナナ	ビスケット 焼き芋 保育乳	鶏もも肉 しらす干し 絹ごし豆腐 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 白菜		17 金	みずくどんぶり かみかみごぼう ブロッコリー 魚のみそ汁 りんご	クラッカー せんべい 固形ヨーグルト	もずく 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米
3 金	スパゲティミートソース マッシュポテト コーンサラダ 豚肉と白菜のスープ りんご	クラッカー いなり寿司 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ わかめ 豚肉	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン Hコーン缶 キャベツ	18 土		クファージュシー 豚汁 ネーブル	*** くろ棒 保育乳	豚肉 豆腐 ツナ缶	精白米 強化米
	鶏肉のあんかけ丼 ゆし豆腐汁 ネーブル	*** 黒棒 保育乳	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 ネーブル		20 月	小松菜ごはん 豚肉しょうが焼き 春雨の中華炒め みそ汁 ネーブル	クラッカー ミニマドレーヌ 保育乳	豚肉 鶏肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 春雨
6 月	たけのごはん 鮭のタルタル焼き 春雨サラダ 大根汁 りんご	クラッカー ゴマ風味焼き菓子 保育乳	鶏もも肉 油揚げ 鮭 ハム わかめ 豆腐	精白米 強化米 春雨	たけのこ 玉ねぎ もやし きゅうり 人参 大根 りんご	21 火		肉みそスパゲティ ポイルウィンナー ブロッコリーのゴマあえ 中華スープ バナナ	クラッカー しらすおにぎり 保育乳	豚ひき肉 ウィンナー 絹ごし豆腐 しらす干し	スパゲティ ごま 春雨 精白米
	納豆ごはん 肉みそ豆腐 ほうれん草のソテー レタスのスープ ネーブル	クラッカー パン 保育乳	納豆 豆腐 豚肉 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 もちきび	人参 玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 レタス たけのこ		22 水	マージンごはん 豚肉照り煮 野菜チャンプルー もずくの酢物 みそ汁 りんご	せんべい パン 保育乳	豚肉 卵 豆腐 ポーク缶 もずく	精白米 もちきび さつま芋
8 水	沖縄そば かぼちゃのから揚げ 切干大根のゴマ酢あえ バナナ	せんべい みそおにぎり 保育乳	豚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば (茹) 精白米	刻み昆布 かぼちゃ 切干大根 人参 きゅうり ごぼう バナナ	23 木		のりごはん 鶏肉のさつぱり煮 かぼちゃのそぼろ煮 春雨サラダ みそ汁 りんご	ビスケット せんべい 固形ヨーグルト	鶏もも肉 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米 春雨
	ごはん(強化米入り) 豚肉のみそ焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー(マヨ) みそ汁 ネーブル	ビスケット せんべい 固形ヨーグルト	豚肉 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく さやいんげん ブロッコリー とうがんと		24 金	カレーピラフ 鮭のみみじ焼き 温サラダ ポテトスープ ネーブル	クラッカー ケーキ 保育乳	鶏もも肉 鮭	精白米 強化米 じゃが芋
10 金	ごはん(強化米入り) 鶏肉のコンフレーク焼き きんぴらごぼう ブロッコリー みそ汁 ネーブル	クラッカー ミニアメリカンドッグ 保育乳	鶏もも肉 豚肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 コンフレーク	ごぼう たけのこ 人参 糸こんにゃく ニラ ほんしめじ ブロッコリー	25 土		豚肉のみそどんぶり ゆし豆腐 ネーブル	*** はちやくみ 保育乳	豚肉 ゆし豆腐	精白米 強化米
	ハヤシライス すまし汁 ネーブル	*** 亀の甲せんべい 保育乳	鶏肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 Hコーン缶 GP たけのこ ネーブル		27 月	フーチバージュシー さばのみそ煮 切干大根のイリチー そうめん汁 ネーブル	クラッカー パン 保育乳	さば 豚肉 ツナ缶	精白米 強化米 そうめん
13 月	ごはん(強化米入り) さばのりんごソースかけ 人参シリシリ スティックきゅうり みそ汁 ネーブル	クラッカー ミニ原宿ドッグ 保育乳	さば(生) 竹小町 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり とうがんと ネーブル	28 火		ロールパン 和風ハンバーグ ポテトサラダ パンキン豆乳スープ ネーブル	ビスケット おにぎり 保育乳	豆腐 鶏ひき肉 干ひじき ベーコン しらす干し	ロールパン じゃが芋
	マージンごはん 豚の角煮風 ひじきサラダ スライストマト 野菜スープ バナナ	ビスケット 黒糖ケーキ 保育乳	豚三枚肉 干ひじき 豆腐	精白米 強化米 もちきび	レタス きゅうり 人参 Hコーン缶 トマト キャベツ えのきたけ		30 木	豚肉ピビンバ マッシュポテト 白菜スープ ネーブル	クラッカー キャロットサンド 保育乳	豚肉 鶏もも肉	精白米 強化米 じゃが芋

15
水

お弁当会

せんべい
サーターアンダギー
ミルク

★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。