



きゅうしょく こんだて



バンビ保育園



令和8年(2026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	午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	午後のおやつ	おもな材料(昼食)		
			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				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木	黒米ごはん さばのゴマだれ焼き きんぴらごぼう スライストマト みそ汁 りんご	なかよしパン 保育乳	さば ちくわ 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	ごぼう GP 人参 ニラ 糸こんにやく ほうしめじ トマト ねぎ えのきたけ りんご	17土	ハヤシライス コーンスープ ネーブル	沖縄そばの日 スティックパン 保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP コーン缶 えのきたけ ネーブル
	マージンごはん 豆腐のつくね焼き 昆布イリチー ブロッコリー そうめん汁 梨	ワッフル 保育乳	豆腐 干ひき 鶏ひき肉 昆布 かまぼこ	精白米 強化米(鉄) もちきび そうめん	玉ねぎ ピーマン かんぴょう 人参 糸こんにやく ブロッコリー ねぎ 梨	19月	沖縄そば チーズコーンサラダ バナナ	食育の日 焼き芋 保育乳	豚肩ロース 丸かまぼこ 刻み昆布 ミックスチーズ ハム	沖縄そば(茹)	小松菜 Hコーン缶 レタス きゅうり バナナ
3土	第47回 運動会					20火	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ かぼちゃスープ バナナ	いなり寿司 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン マカロニ	玉ねぎ パイン缶 人参 りんご レーズン かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 バナナ
5月	しらすと青菜のごはん 豚大根のみそ煮 ポテトスープ みかん	玄米フレークスナック 保育乳	しらす干し 豚肩ロース ベーコン	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	小松菜 大根 人参 糸こんにやく えのきたけ コーン缶 みかん	22木	弁当会	マドレーヌ 保育乳			
6火	肉みそスパゲティ きゅうりの中華あえ 豆腐と白菜のスープ バナナ	わかめおにぎり 保育乳	豚ひき肉 わかめ ハム 絹ごし豆腐	スパゲティ 白ゴマ	もやし GP 人参 白菜 玉ねぎ きゅうり コーン缶 ブロッコリー ピーマン バナナ				ひきわり納豆 ツナ缶 白身魚 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	ねぎ 人参 ブロッコリー(冷) 玉ねぎ なす ねぎ りんご
7水	キーマカレー きゅうりのごまあえ わかめスープ フルーツヨーグルト添え	せんべい ゼリー	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 ごま	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン ホールトマト缶 きゅうり えのきたけ パイン缶 みかん	23金	マージンごはん 豚レバーのゴマソースがらめ ポテトそぼろ煮 みそ汁 梨	せんべい 固形ヨーグルト	豚レバー 鶏ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 もちきび 白ゴマ じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP 白菜 梨
8木	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリ マッシュポテト みそ汁 みかん	バウムクーヘン 保育乳	鶏もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 ブロッコリー 玉ねぎ えのきたけ ねぎ みかん	24土	カレーピラフ ボイルウィンナー 野菜スープ みかん	亀の甲せんべい 保育乳	鶏もも肉 ウィンナー	精白米 強化米(鉄)	人参 GP コーン缶 ブロッコリー キャベツ みかん
9金	タコライス 芋とひじきのサラダ みそ汁 りんご	バナナケーキ 保育乳	豚ひき肉 チーズ 干ひき 豆腐	精白米 強化米(鉄) さつま芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト 大根 ほうれん草 りんご	26月	きつねうどん 大根サラダ みかん	しらすおにぎり 保育乳	油揚げ 豚肩ロース ツナ缶 しらす干し	茹うどん	玉ねぎ 人参 ねぎ 大根 きゅうり みかん
10土	豚肉のあんかけ丼 スティックきゅうり ゆし豆腐汁 みかん	げんまい棒 保育乳	豚肩ロース ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 Hコーン缶 きゅうり ねぎ みかん	27火	秋の香り混ぜごはん 鮭のみそマヨ焼き きゅうりの中華あえ 野菜スープ パイン缶	ヒラヤーチー 保育乳	鶏もも肉 油揚げ 鮭 わかめ ハム 豆腐	精白米 強化米(鉄) さつま芋 白ゴマ	人参 干しいたけ GP きゅうり Hコーン缶 えのきたけ ほうれん草 パイン缶
13火	マージンごはん 鮭のみみじ焼き 切干大根のイリチー もずくと冬瓜のスープ 梨	マシュマロサンド 保育乳	鮭 ツナ缶 もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 切干大根 かんぴょう 糸こんにやく とうがん えのきたけ ねぎ 梨	28水	マージンごはん 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 みかん	クリームパン 保育乳	豚肩ロース 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 練りごま(白)	赤ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー トマト 白菜 みかん
14水	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん 野菜チャンプルー もずくスープ みかん	ゴマケーキ 保育乳	白身魚 豆腐 もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白すりごま	キャベツ 人参 もやし ニラ 大根 ねぎ みかん	29木	のりごはん 鶏肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう(カレー風味) 豆腐と野菜のスープ バナナ	かぼちゃプリン せんべい	鶏もも肉 ちくわ 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ごぼう 人参 さやいんげん ほうれん草 赤ピーマン 白菜 パセリ バナナ
15木	クファジュシー 昆布イリチー ブロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 梨	琉球料理の日 黒糖アガラサー 保育乳	ツナ缶 刻み昆布 ちくわ 豚肉 カステラ カマボコ	精白米 強化米(鉄) 練りごま(白)	人参 干しいたけ ニラ かんぴょう 糸こんにやく ブロッコリー トマト 大根 ねぎ	30金	ハロウィンライス カボチャコロッケ ほうれん草炒め みそ汁 みかん	ケーキ ジュース	鶏もも肉 豚肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	人参 玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 大根 ねぎ かぼちゃ みかん
16金	野菜たっぷりもずくどんぶり きゅうりの中華あえ 魚のみそ汁 みかん	ドーナツ 保育乳	もずく 豚ひき肉 わかめ ハム 白身魚	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン缶 きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	31土	麻婆どんぶり きのこコーンのスープ みかん	ハロウィン くろ棒 保育乳	豆腐 豚ひき肉 ベーコン	精白米 強化米(鉄)	人参 玉ねぎ ニラ コーン缶 ほうれん草 えのきたけ みかん

★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、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。

★「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。

