



## バンビ保育園



令和7年

★ 離乳食完了後の1歳～2歳児は、朝のおやつとして乳、又は果物、せんべいなどを提供します。(記載は省略しています)

★ 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<br>曜  | 献立名                                                           | 午後のおやつ<br>(1～5歳児)                 | おもな材料(昼食)                               |                                          |                                                                | 日<br>曜  | 献立名                                                         | 午後のおやつ<br>(1～5歳児)            | おもな材料(昼食)                          |                                      |                                                                   |
|---------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|         |                                                               |                                   | あか<br>血や肉・骨と<br>なる                      | きいろ<br>熱や力となる                            | みどり<br>体の調子をよく<br>する                                           |         |                                                             |                              | あか<br>血や肉・骨と<br>なる                 | きいろ<br>熱や力となる                        | みどり<br>体の調子をよく<br>する                                              |
| 1<br>月  | マージンごはん<br>ちくわのみじ揚げ<br>豚大根のみそ煮<br>スティックきゅうり<br>もずくスープ 果物      | ミニマドレーヌ<br><br>保育乳                | ちくわ<br>豚肩ロース<br>もずく                     | 精白米<br>強化米(鉄)<br>もちきび<br>てんぷら粉<br>(卵不使用) | 大根<br>人参<br>糸こんにゃく<br>きゅうり<br>えのきたけ<br>ねぎ<br>ネーブル              | 16<br>火 | キーマカレー(夏野菜)<br>きゅうりの甘酢あえ<br>わかめスープ<br>果物                    | オートミールスナック<br><br>保育乳        | 鶏ひき肉<br>しらす干し<br>わかめ               | 精白米<br>強化米(鉄)<br>じゃが芋                | 人参<br>玉ねぎ<br>へちま<br>なす オクラ<br>トマト缶<br>きゅうり<br>ねぎ<br>えのきたけ<br>桃缶   |
| 2<br>火  | ごはん<br>ハンバーグ<br>きんぴらごぼう(カレー風味)<br>ブロッコリー<br>とうがん汁 果物          | お麩ラスク<br><br>保育乳                  | 豚ひき肉<br>牛ひき肉<br>鶏もも肉<br>豆腐<br>わかめ       | 精白米<br>強化米(鉄)<br>白ゴマ<br>▲麩               | 玉ねぎ<br>ごぼう<br>人参<br>GP<br>ブロッコリー(冷)<br>とうがん<br>ねぎ りんご          | 17<br>水 | ロールパン<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>マカロニサラダ<br>パンプキンスープ<br>バナナヨーグルト添え   | おかかおにぎり<br><br>保育乳           | 鶏もも肉<br>鶏ささみ<br>Pヨーグルト             | ロールパン<br>マカロニ<br>じゃが芋                | パイン缶<br>人参 りんご<br>きゅうり<br>かぼちゃ<br>玉ねぎ<br>バナナ<br>みかん缶              |
| 3<br>水  | 黒米ごはん<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>拌三絲(ハンサンスー)<br>青のりポテト<br>みそ汁 果物         | 型抜きクッキー<br><br>保育乳                | 鶏もも肉<br>ハム<br>豆腐                        | 精白米<br>黒米<br>強化米(鉄)<br>ごま<br>春雨<br>じゃが芋  | 人参<br>きゅうり<br>ほうれん草<br>へちま<br>ねぎ<br>ネーブル                       | 18<br>木 | ハンダマごはん<br>魚の小天ぷら(クティンプラ)<br>タマナーチャンプルー<br>そうめん汁<br>果物      | 琉球料理の日<br>黒糖アガラサー<br><br>保育乳 | 白身魚<br>ちくわ<br>豆腐                   | 精白米<br>強化米(鉄)<br>てんぷら粉<br>そうめん       | ハンダマの葉<br>キャベツ<br>人参<br>もやし<br>玉ねぎ<br>ねぎ<br>ネーブル                  |
| 4<br>木  | マージンごはん<br>鮭のみじ焼き<br>ひじきの五目煮<br>カリカリきゅうり<br>みそ汁 果物            | 旧盆(ウンケー)<br>玄米フレークスナック<br><br>保育乳 | 鮭<br>干ひじき<br>ちくわ<br>油揚げ                 | 精白米<br>強化米(鉄)<br>もちきび<br>白ゴマ             | 人参<br>糸こんにゃく<br>GP ニラ<br>きゅうり<br>白菜<br>梨                       | 19<br>金 | 黒米ごはん<br>鶏肉のさっぱり煮<br>切干大根のイリチー<br>ブロッコリーとトマトのごまあえ<br>みそ汁 果物 | 食育の日<br>Caウエハース<br>アイスクリーム   | 鶏もも肉<br>ツナ缶<br>豆腐<br>わかめ           | 精白米<br>黒米<br>強化米(鉄)<br>練りごま<br>(白)   | 切干大根<br>かんぴょう<br>人参<br>糸こんにゃく<br>ブロッコリー<br>トマト<br>なす<br>ねぎ 梨      |
| 5<br>金  | 冷やし中華<br>ボイルウィンナー<br>かぼちゃのコロコロ揚げ<br>果物                        | 旧盆(ナカヌー)<br>わかめおにぎり<br><br>保育乳    | 鶏ささみ<br>ウィンナー                           | ◎中華めん<br>(茹で)<br>すりごま                    | Hコーン缶<br>きゅうり<br>かぼちゃ<br>りんご                                   | 20<br>土 | ハヤシライス<br>スティックきゅうり<br>コーンスープ<br>果物                         | げんまい棒<br><br>保育乳             | 鶏ささみ                               | 精白米<br>強化米(鉄)<br>じゃが芋                | 玉ねぎ<br>人参 GP<br>きゅうり<br>コーン缶<br>えのきたけ<br>ネーブル                     |
| 6<br>土  | お弁当🍏                                                          | 旧盆(ウーケイ)<br>はちや棒<br><br>保育乳       | 食材の使用についてはコードモンの<br>資料室からご確認ください(*^-^*) |                                          |                                                                | 22<br>月 | もずくどんぶり<br>トマトときゅうりの酢みそあえ<br>みそ汁<br>果物                      | パン<br><br>保育乳                | もずく<br>豚ひき肉<br>ちくわ<br>わかめ<br>油揚げ   | 精白米<br>強化米(鉄)<br>じゃが芋                | ピーマン<br>赤ピーマン<br>コーン缶<br>トマト<br>きゅうり<br>ニラ<br>ネーブル                |
| 8<br>月  | スパゲティミートソース<br>スティックきゅうり<br>コーンポテトスープ<br>バナナヨーグルト添え           | しらすおにぎり<br><br>保育乳                | 牛ひき肉<br>豚ひき肉<br>しらす干し<br>Pヨーグルト         | スパゲティ<br>じゃが芋                            | 人参 トマト<br>玉ねぎ<br>ピーマン<br>きゅうり<br>コーン缶<br>えのきたけ<br>バナナ みかん<br>缶 | 24<br>水 | 豚丼<br>フライドポテト<br>春雨スープ<br>果物                                | 人参ケーキ<br><br>保育乳             | 豚肩ロース<br>鶏ささみ                      | 精白米<br>強化米(鉄)<br>じゃが芋<br>春雨          | 玉ねぎ<br>ほうれん草<br>えのきたけ<br>人参<br>ねぎ<br>たけのこ<br>白菜<br>ネーブル           |
| 9<br>火  | タコライス<br>芋とひじきのサラダ<br>みそ汁<br>果物                               | キャロットサンド<br><br>保育乳               | 豚ひき肉<br>干ひじき<br>豆腐<br>わかめ               | 精白米<br>強化米(鉄)<br>さつま芋                    | 玉ねぎ<br>人参<br>レタス<br>トマト<br>とうがん<br>ねぎ<br>ネーブル                  | 25<br>木 | マージンごはん<br>麻婆豆腐(冬瓜入り)<br>ゴマじゃが<br>中華スープ<br>バナナヨーグルト添え       | せんべい<br>グレープゼリー              | 豆腐<br>豚ひき肉<br>Pヨーグルト               | 精白米<br>強化米(鉄)<br>もちきび<br>さつま芋<br>春雨  | しいたけ<br>とうがん<br>人参<br>チンゲン菜<br>キャベツ<br>長ねぎ<br>コーン<br>缶<br>バナナ みかん |
| 10<br>水 | 黒米ごはん<br>さばのりんごソースかけ<br>人参シリシリ<br>もずくの酢物<br>すまし汁 果物           | ヒラヤーチー<br><br>保育乳                 | さば<br>ちくわ<br>豆腐<br>もずく<br>油揚げ           | 精白米<br>黒米<br>強化米(鉄)                      | 玉ねぎ<br>人参<br>ブロッコリー<br>にがうり<br>もやし<br>ねぎ<br>きゅうり<br>えのきたけ<br>梨 | 26<br>金 | マージンごはん<br>鮭のみそマヨ焼き<br>ひじきの五目煮<br>ブロッコリーサラダ<br>ゆし豆腐汁 果物     | ケーキ<br>ジュース                  | 鮭<br>干ひじき<br>ちくわ<br>ハム<br>ゆし豆腐     | 精白米<br>強化米(鉄)<br>もちきび<br>白ゴマ         | 人参<br>糸こんにゃく<br>GP ニラ<br>ブロッコリー<br>コーン缶<br>ねぎ<br>ネーブル             |
| 11<br>木 | マージンごはん<br>オクラ納豆みそ<br>肉じゃが<br>きゅうりのごまあえ<br>わかめスープ 果物          | せんべい<br>固形ヨーグルト                   | ひきわり納豆<br>ツナ缶<br>豚肉<br>わかめ              | 精白米<br>もちきび<br>白ゴマ<br>じゃが芋<br>ごま         | オクラ<br>糸こんにゃく<br>玉ねぎ きゅうり<br>人参 GP<br>えのきたけ<br>ほうれん草<br>桃缶     | 27<br>土 | 鶏肉の照り焼き丼<br>スティックきゅうり<br>もずくスープ<br>果物                       | おかき<br><br>保育乳               | 鶏もも肉<br>もずく<br>絹ごし豆腐               | 精白米<br>強化米(鉄)<br>白ゴマ                 | 人参<br>ニラ<br>きゅうり<br>えのきたけ<br>ねぎ<br>ネーブル                           |
| 12<br>金 | マージンごはん<br>レバーのゴマソースがらめ<br>大根サラダ<br>ゴマじゃが(ブロッコリー)<br>春雨スープ 果物 | ワッフル<br><br>保育乳                   | 豚レバー<br>ツナ缶<br>絹ごし豆腐                    | 精白米<br>もちきび<br>じゃが芋<br>白すりごま<br>春雨       | 大根<br>人参<br>きゅうり<br>ブロッコリー<br>たけのこ<br>白菜<br>ネーブル               | 29<br>月 | 黒米ごはん<br>豚肉のしょうが焼き<br>大根サラダ<br>そうめん汁<br>果物                  | 蒸し芋(焼き芋)<br><br>保育乳          | 豚肩ロース<br>ツナ缶                       | 精白米<br>黒米<br>強化米(鉄)<br>▲そうめん<br>さつま芋 | 赤ピーマン<br>玉ねぎ<br>大根<br>人参<br>きゅうり<br>ほうれん草<br>ネーブル                 |
| 13<br>土 | クファージュシー<br>ブロッコリー<br>豚汁<br>果物                                | 亀の甲せんべい<br><br>保育乳                | ツナ缶<br>ハム<br>豚肉                         | 精白米<br>強化米(鉄)                            | 人参 ニラ<br>干しいたけ<br>キャベツ<br>きゅうり<br>とうがん<br>ねぎ<br>ブロッコリー<br>ネーブル | 30<br>火 | 沖縄そば<br>かぼちゃの煮物<br>チーズコーンサラダ<br>果物                          | みそおにぎり<br><br>保育乳            | 豚三枚肉<br>丸かまぼこ<br>ミックスチー<br>ズ<br>ハム | 沖縄そば<br>(茹)                          | 刻み昆布<br>ねぎ<br>かぼちゃ<br>きやいんげん<br>コーン缶<br>レタス<br>きゅうり<br>梨          |

★ 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(厚生省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。

