



バンビ保育園

令和7年

♪～♪ もうすぐ卒園・進級ですね。今後の成長を願って、今月は人気メニューを多くとり入れています。♪～♪



★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 曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日 曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	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 土	厚揚げどんぶり きゅうりの中華風 コーンスープ 果物 	はちや棒 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄)	人参 キャベツ ほうれん草(冷) きゅうり コーン缶 えのきたけ タンカン	17 月	もずくどんぶり かみかみごぼう ゴマじゃが みそ汁 果物	ドーナツ 保育乳	もずく 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋 白すりごま	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 ごぼう えのきたけ ほうれん草 ねぎ タンカン
3 月	祝寿司 ハンバーグ 人参グラッセ(梅型) ほうれん草のソテー すまし汁 果物	ひなまつり 三色花ゼリー せんべい カルピス	鮭フレーク ひき肉 ベーコン ツナ缶 わかめ 絹ごし豆腐	精白米	人参 玉ねぎ Hコーン缶 ほうれん草 もやし たけのこ ねぎ いちご パイン缶	18 火	わかめごはん さばのゴマだれ焼き かぼちゃの煮物 白菜スープ 果物	キャロットサンド 保育乳	さば ベーコン	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	かぼちゃ 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン 刻みパセリ りんご
4 火	沖縄そば かぼちゃのコロコロ揚げ キャベツのおかかあえ 果物	しらすおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ	沖縄そば (茹) 精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ キャベツ きゅうり りんご	19 水	ごはん レバーのゴマソースからめ ひじきの五目煮 ブロッコリーとツナのサラダ そうめん汁 果物	食育の日 アップルケーキ 保育乳	豚レバー 干ひじき ちくわ ツナ缶	精白米 そうめん	人参 糸こんにゃく さやいんげん ブロッコリー 人参 ねぎ Hコーン缶 タンカン
5 水	お弁当会	マフィン 保育乳	食材の使用については コドモの資料室でご確 認ください。(*^-^*)			21 金	豚肉ビビンバ マカロニサラダ レタスのスープ 果物	ヒラヤーチー 保育乳	豚もも肉 豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ マカロニ	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 人参 パイン缶 りんご パナナ レタス 玉ねぎ えのきたけ
6 木	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	チェロス 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ちくわ 油揚げ	精白米 強化米(鉄)	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 白菜 糸こんにゃく GP ニラ ブロッコリー タンカン	22 土	第45回卒園式 				
7 金	黒米ごはん 豚大根のみそ煮 トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 果物	揚げパン 保育乳	豚肩ロース ちくわ わかめ もずく	精白米 黒米 強化米(鉄)	大根 人参 糸こんにゃく トマト きゅうり えのきたけ ねぎ タンカン	24 月	鶏ごぼうごはん ちくわのもみじ揚げ ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 果物	トースト 保育乳	鶏もも肉 ちくわ わかめ	精白米 強化米(鉄) てんぷら粉 練りごま (白)	人参 ごぼう 刻みパセリ ブロッコリー トマト えのきたけ ねぎ ネーブル
8 土	ハヤシライス スティックきゅうり(塩) すまし汁 果物 	亀の甲せんべい 保育乳	鶏ささみ 豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GPねぎ きゅうり えのきたけ タンカン	25 火	スパゲティミートソース ポイルウィンナー カリカリきゅうり 白菜スープ 果物	おやつパーティ 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ウィンナー 絹ごし豆腐	▲スパゲ ティ 白ゴマ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり 白菜 ねぎ えのきたけ パナナ
10 月	タコライス ゴマじゃが みそ汁 ヨーグルトサラダ	蒸し芋 保育乳	豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白すりごま	玉ねぎ 人参 レタス トマト ブロッコリー 大根 ねぎ パナナ りんご みかん缶	26 水	五目うどん さつま芋のコロコロ揚げ 白菜のおひたし 果物	みそおにぎり 保育乳	鶏もも肉 しらす干し ツナ缶	茹うどん さつま芋	ごぼう 人参 ねぎ 白菜 ネーブル
11 火	ごはん 豚肉のしょうが焼き 昆布イリチー ブロッコリーのゴまあえ ポテトスープ 果物	野菜のケーキ 保育乳	豚肩ロース ちくわ ベーコン	精白米 強化米(鉄) ごま じゃが芋	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ブロッコリー 玉ねぎ りんご ほうれん草	27 木	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 春雨とひき肉の炒め きゅうりのごまあえ ゆし豆腐汁 果物	せんべい ゼリー 保育乳	鶏もも肉 豚ひき肉 ゆし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄) 春雨 ゴマ	人参 チンゲン菜 たけのこ(水煮) 干しいたけ きゅうり ねぎ ネーブル
12 水	ごはん 麻婆豆腐 パンプキンサラダ 中華スープ 果物	パン 保育乳	豆腐 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ かぼちゃ ほうれん草 長ねぎ コーン 缶 りんご	28 金	マージンごはん 魚の竜田揚げ ほうれん草炒め もずくの酢物 みそ汁 果物 	黒糖ケーキ 保育乳	白身魚 豆腐 もずく 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび	ほうれん草 人参 Hコーン缶 きゅうり 大根 ねぎ パナナ
13 木	マージンごはん 納豆みそ 鶏肉のマーマレード焼き 人参シリシリー みそ汁 果物	せんべい 固形ヨーグルト	ひきわり納豆 ツナ缶(水 煮) 鶏もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 ねぎ ブロッコリー もやし 大根 ねぎ タンカン	29 土	次年度準備				
14 金	♥ 卒園・進級のお祝い ♥ ♪ みんな大好きカレー給食 ♪ キーマカレー カリカリきゅうり もずくスープ パナナ(ヨーグルト添え)	ケーキ ジュース	鶏ひき肉 もずく	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン トマト缶 きゅうり ねぎ えのきたけ パナナ みかん 缶	31 月	次年度準備				
15 土	クファジューシー ブロッコリー ゆし豆腐汁 果物 	げんまい棒 保育乳	ツナ缶 ハム ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 干しいたけ ニラ ブロッコリー Hコーン缶 ねぎ タンカン	★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。					

