



バンビ保育園



令和6年

★ 幼児食に移行した1歳児～2才児は、朝のおやつとして乳や豆乳、果物、せんべいなどを提供します。(今月より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	ホワイトシチュー ブロッコリー すまし汁 果物	はちや棒 保育乳	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) ごま じゃが芋	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ねぎ えのきたけ ネーブル	17 月	鶏ごぼうごはん 鶏肉のごまみそ焼き 人参シリシリ みそ汁 果物	ジャムケーキ 保育乳	鶏もも肉 鶏もも肉 竹小町 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米(鉄) ごま	人参 ごぼう ブロッコリー 玉ねぎ とうがん ねぎ ネーブル
3 月	キーマカレー ポイルウインナー カリカリきゅうり もずくスープ 果物	玄米フレークスナック 保育乳	鶏ミンチ ウインナー もずく	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ごま	人参 コーン缶 ピーマン トマト缶 玉ねぎ きゅうり たけのこ ねぎ	18 火	沖縄そば ブロッコリーとツナのサラダ 果物	いなり寿司 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ (卵不使用) ツナ缶	沖縄そば (茹) ツナ缶	刻み昆布 ねぎ ブロッコリー (冷) 人参 コーン缶 バナナ
4 火	のりごはん 豚肉ゴマ焼き ほうれん草ソテー スティックきゅうり そうめん汁 果物	麩ラスク 保育乳	豚肉 ベーコン ツナ缶	精白米 強化米(鉄) ソーメン ゴマ	ほうれん草 もやし Hコーン きゅうり ネーブル ねぎ	19 水	黒米ごはん ハンバーグ(だしあん) 切干大根のイリチー スライストマト みそ汁 果物	揚げパン 保育乳	豆腐 鶏ひき肉 豚肉 ひじき わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄)	玉ねぎ 赤ピーマン 切干大根 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにやく へちま ねぎ りんご
5 水	<b>お弁当会</b>	ドーナツ (市販) 保育乳	こども達にとって大好きなお弁当会です。お弁当の食材の使用方についてをコドモンの資料室で保管していますのでご確認ください。(*~*)			20 木	黒米ごはん 豚大根のみそ煮 ブロッコリーとちくわサラダ みそ汁 果物	せんべい 固形ヨーグルト	豚肩ロース ちくわ 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄)	大根 人参 糸こんにやく ブロッコリー えのきたけ ねぎ ネーブル
6 木	黒米ごはん 沖縄風煮つけ 温サラダ そうめん汁 果物	ジャムサンド 保育乳	豚肩ロース 厚揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) そうめん	大根 昆布 しめじ 人参 ねぎ Hコーン缶 ブロッコリー ネーブル	21 金	ごはん(強化米入り) 豚肉の香味焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーのゴマあえ ゆし豆腐汁 果物	小倉蒸しパン 保育乳	豚肩ロース 竹小町 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ごま 春雨 ごま	長ねぎ たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん ブロッコリー ねぎ ネーブル
7 金	スパゲティミートソース ポイルウインナー 青のりポテト コーンスープ 果物	おかかおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ウインナー	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 キャベツ スイカ	22 土	豚焼肉どんぶり スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 果物	市販菓子 (塩芋けんぴ) 保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ごま	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
8 土	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 白菜スープ 果物	市販菓子 (亀の甲せんべい) 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄)	生しいたけ 人参 ニラ 玉ねぎ きゅうり たけのこ(水煮) コーン缶 キャベツ ネーブル	24 月	マージンごはん 魚の竜田揚げ こんにやくのソテー 芋とひじきのサラダ レタスのスープ 果物	スコーン 保育乳	白身魚 豚肩ロース 干ひじき わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび さつま芋	糸こんにやく 人参 Hコーン缶 小松菜 レタス 玉ねぎ えのきたけ バナナ
10 月	ごはん(強化米入り) 肉じゃが 拌三絲(ハンサンスー) スライストマト みそ汁 果物	焼き芋 保育乳	豚肉 ハム(卵不使用) 豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 春雨	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり トマト 大根 ねぎ ネーブル	25 火	ごはん レバーのゴマソースがらめ きんぴらごぼう(カレー風味) ブロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	キャロットサンド 保育乳	豚レバー 鶏もも肉 わかめ	精白米 白ごま さつま芋	ごぼう 人参 さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ スイカ
11 火	ロールパン かぼちゃのミートグラタン コーンサラダ 豆乳スープ 果物	おにぎり 保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ わかめ ベーコン 調製豆乳	◎ロールパン(超熟)	かぼちゃ 人参 玉ねぎ コーン缶 レタス みかん缶 白菜 しめじ バナナ	26 水	もずくどんぶり かみかみごぼう さつま芋のゴマあえ みそ汁 果物	パン 保育乳	もずく(塩抜き) 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米(鉄) 白ごま さつま芋 白ごま	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 ごぼう 人参 さやいんげん 大根 ネーブル
12 水	黒米ごはん 鮭のタルタル焼き ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 そうめん汁 果物	かぼちゃケーキ 保育乳	鮭 豆腐 豚肉 塩抜きもずく	精白米 黒米 強化米(鉄) そうめん	玉ねぎ にがり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり ネーブル	27 木	黒米ごはん さばのみそ焼き 人参シリシリ きゅうりの甘酢あえ 春雨スープ 果物	しっとりケーキ 保育乳	さば 竹小町 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ごま 春雨	人参 ブロッコリー にがり もやし きゅうり たけのこ 白菜 バナナ
13 木	納豆ごはん 鶏肉のさっぱり煮 昆布イリチー ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 果物	ワッフル 保育乳	ひきわり納豆 鶏もも肉 かまぼこ(卵不使用) わかめ	精白米 強化米(鉄) 練りごま	刻み昆布 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにやく ブロッコリー えのきたけ りんご	28 金	マージンごはん 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	ケーキ ジュース	豚肩ロース 干しひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび じゃが芋 麩	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 ニラ 糸こんにやく さやいんげん ブロッコリー ネーブル
14 金	夏野菜カレー きゅうりのごまあえ 豆腐のすまし汁 果物	せんべい 固形ヨーグルト	鶏ささみ わかめ 豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 ごま	人参 玉ねぎ へちま なす ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ スイカ	29 土	炊き込みご飯 スティックきゅうり すまし汁 果物	市販菓子 (せんべい) 保育乳	ツナ缶 豆腐 ひじき	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 しいたけ ニラ 大根 ネーブル
15 土	ハヤシライス カリカリきゅうり 白菜 スープ 果物	市販菓子 (げんまい棒) 保育乳	鶏ささみ ベーコン	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ごま	玉ねぎ 人参 GP きゅうり 白菜 ピーマン ネーブル	<p>★ 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。</p> <p>★ 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。</p> <p>★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。</p> <p>★ 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。</p>					

※おやつで使用するミックス粉は、卵・乳不使用の製品です。

