



バンビ保育園



令和8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 (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	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
5 月	♪あけましておめでとうございます♪ ポークカレー スティックきゅうり(マヨ) コーンスープ 果物	黒糖ケーキ 保育乳	血や肉・骨となる ポーク缶 ベーコン(卵不使用)	熱や力となる 精白米 強化米(鉄) じゃが芋 ▲麩	体の調子をよくする 人参 玉ねぎ GP ピーマン トマト缶 きゅうり コーン缶 ほうれん草(冷) パイン缶	20 火	マージンごはん 魚のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう(カレー風味) ブロッコリー みそ汁 果物	マシュマロサンド 保育乳	白身魚 鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	玉ねぎ ごぼう 人参 さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ みかん
6 火	ごはん(強化米入り) 魚の照り焼き 人参シリシリ もずくの酢物 ポテトスープ 果物	ドーナツ 保育乳	白身魚 豆腐 もずく ベーコン	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし きゅうり 赤ピーマン コーン缶 りんご	21 水	スペゲティミートソース かみかみごぼう コーンスープ 果物	牛ひき肉 豚ひき肉	スペゲティ 白ゴマ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ごぼう コーン缶 キャベツ みかん	
7 水	弁当会	ジャム入りマフィン 保育乳				22 木	チキンカレー カリカリきゅうり フルーツヨーグルト添え コーンスープ 果物	バウムクーヘン 保育乳	鶏もも肉	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	人参 GP 玉ねぎ ピーマン きゅうり パイン缶 みかん缶 コーン缶 レタス
8 木	マージンごはん 和風ハンバーグ(だしあんかけ) きんぴらごぼう スライストマト すまし汁 果物	シナモントースト 保育乳	豆腐 鶏ひき肉 干ひじき 豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	玉ねぎ ごぼう 人参 ニラ 糸こんにゃく GP しめじ トマト 大根 ねぎ みかん	23 金	ごはん 揚げ鶏のケチャップあん マカロニサラダ かぼちゃスープ 果物	キャロットサンド 保育乳	鶏もも肉 ベーコン	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ マカロニ	パイン缶 人参 りんご レーズン かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶 いちご
9 金	沖縄そば チーズコーンサラダ 果物	みそおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぽこ ミックスチーズ ハム ツナ缶	沖縄そば (茹)	刻み昆布 山東菜 Hコーン缶 レタス きゅうり バナナ	24 土	マージンごはん 麻婆豆腐 スティックきゅうり(マヨ) キャベツのスープ 果物	タンナファクル 保育乳	豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ きゅうり キャベツ Cコーン缶 みかん
10 土	ハヤシライス きゅうりの中華風 白菜スープ 果物	亀の甲せんべい 保育乳	鶏ささみ ベーコン (卵不使用)	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり 白菜 赤ピーマン 刻みパセリ みかん	26 月	のりごはん さばのゴマだれ焼き 人参シリシリ きゅうりのおかかあえ 春雨スープ 果物	ムーチー(鬼餅) 蒸し芋(焼き芋) 保育乳	さば ちくわ ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ 春雨 さつま芋	人参 ブロッコリー(冷) 玉ねぎ たけのこ 白菜 みかん
13 火	もずくどんぶり ゴマじゃが ブロッコリー みそ汁 果物	ピザトースト 保育乳	もずく 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白すりごま	ピーマン コーン缶 ブロッコリー(冷) 白菜 ねぎ パイン缶	27 火	黒米ごはん レバーのゴマソースがらめ 野菜炒め もずくの酢物 みそ汁 果物	スコーン 保育乳	豚レバー かまぼこ もずく わかめ	精白米 黒米 じゃが芋	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ きゅうり えのきたけ ニラ りんご
14 水	黒米ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根のイリチー ほうれん草の磯あえ そうめん汁 果物	ヒラヤーチー 保育乳	鮭 豚肉	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ そうめん	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草 ねぎ みかん	28 水	豚肉ビビンバ 芋とひじきのサラダ 白菜スープ(三色) 果物	パン 保育乳	豚もも肉 干ひじき ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ さつま芋	Hコーン缶 (ほうれん草(冷) もやし 人参 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン みかん
15 木	ハンダマごはん(琉) 沖縄風煮つけ(琉) きゅうりの甘酢あえ もずくのみそ汁 果物	琉球料理の日 <んぺん風 焼き菓子(琉) 保育乳	豚肩ロース 厚揚げ しらす干し わかめ もずく ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ハンダマの葉 大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	29 木	マージンごはん 納豆みそ 豚肉のマーマレード焼き 豆腐と島人参炒め もずくスープ 果物	シークワーサーゼリー せんべい	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肩ロース 豆腐 ちくわ もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	ねぎ 人参 ブロッコリー 白菜 えのきたけ ねぎ みかん
16 金	ごはん 魚の照り焼き ごまかぼちゃ 拌三絲(パンサンスー) わかめスープ 果物	ミニマドレーヌ 保育乳	白身魚 ハム わかめ	精白米 白ゴマ 白ゴマ 春雨	かぼちゃ 人参 きゅうり えのきたけ たけのこ ねぎ りんご	30 金	マージンごはん 鮭のタルタル焼き 厚揚げと野菜のみそ煮 もずくスープ(白菜) 果物	ケーキ ジュース	鮭 厚揚げ もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 大根 玉ねぎ 糸こんにゃく 干しいたけ チンゲン菜 白菜 ねぎ バナナ
17 土	焼きそば みそ汁(大根 豆腐) 果物	はちや棒 保育乳	豚もも肉 豆腐 わかめ	焼きそばめん	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 ねぎ みかん	31 土	豚焼肉どんぶり スティックきゅうり(マヨ) みそ汁(えのきたけ) 果物	ぐろ棒 保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ みかん
19 月	三色ごはん マカロニサラダ 魚のみそ汁 果物	食育の日 プリン せんべい	鶏ひき肉 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米(鉄) マカロニ	人参 小松菜 パイン缶 桃缶 りんご レーズン 大根 ねぎ みかん	<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>★ 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>					

