



バンビ保育園

令和7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 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	マージンごはん さばのゴマだれ焼き しゃきしゃき炒め トマト添え みそ汁 果物	ちんぴん 保育乳	さば 豚もも肉 ちくわ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	糸こんにやく もやし ごぼう 人参 トマト えのきたけ ねぎ ネーブル	19 月	タコライス(チーズなし) フライドポテト スティックきゅうり コーンスープ 果物	マドレーヌ 保育乳	豚ひき肉 ベーコン(卵 不使用)	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり コーン缶 えのきたけ ネーブル
2 金	マージンごはん 魚の照り焼き 春雨の中華炒め ゴーヤーの揚げ煮 みそ汁 果物	こいのぼりクッキー 保育乳	白身魚 豚もも肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨 ゴマ	たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげん にがうり 大根 ねぎ りんご	20 火	マージンごはん さばのカレー焼き 切干大根の旨煮 ブロッコリー みそ汁 果物	蒸し芋 保育乳	さば 鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	切干大根 人参 小松菜 ブロッコリー とうがん ねぎ りんご
7 水	もずくどんぶり 大根サラダ みそ汁 果物	黒糖アガラサー 保育乳	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	ピーマン コーン缶 大根 人参 きゅうり ニラ 桃缶	21 水	ごはん レバーとポテトの揚げ煮 野菜炒め みそ汁 果物	揚げパン 保育乳	豚レバー ちくわ わかめ	精白米 じゃが芋	ブロッコリー コーン缶 キャベツ 人参 大根 玉ねぎ ねぎ バナナ
8 木	ごはん 納豆みそ 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 そうめん汁 果物	せんべい 固形ヨーグルト	ひきわり納豆 ツナ缶 豚もも肉 干ひじき ちくわ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ ▲そうめん	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにやく ニラ ねぎ ネーブル レーズン	22 木	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが 果物	みそおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ (卵不使用) ツナ缶	沖縄そば (茹) じゃが芋 白すりごま	刻み昆布 ねぎ キャベツ トマト ブロッコリー バナナ
9 金	スパゲティミートソース スティックきゅうり えのきたけと豆腐のスープ 果物	いなり寿司 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 わかめ 豆腐	スパゲティ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり えのきたけ バナナ	23 金	黒米ごはん チキン照り焼き 豆腐と野菜のみそ煮 スティックきゅうり そうめん汁 果物	ケーキ ジュース	鶏もも肉 厚揚げ	精白米 黒米 強化米(鉄) そうめん	玉ねぎ 大根 人参 糸こんにやく 干しいたけ チンゲン菜 きゅうり ねぎ ネーブル
10 土	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー みそ汁 果物	はちや棒 保育乳	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ コーン缶 ブロッコリー とうがん ネーブル	24 土	カレーピラフ ブロッコリー 白菜スープ 果物	おかき 保育乳	鶏もも肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 GP ブロッコリー 白菜 えのきたけ ねぎ ネーブル
12 月	キーマカレー きゅうりの中華風 わかめスープ フルーツヨーグルトサラダ	ワッフル 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン トマト缶 きゅうり えのきたけ バナナ みかん 缶	26 月	マージンごはん 麻婆豆腐 大根サラダ 中華スープ 果物	シークワーサーゼリー せんべい	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ 大根 チンゲン菜 コーン缶 バナナ
13 火	鶏ごぼうごはん 豚肉のソテー(りんごソースかけ) トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 果物	マシュマロサンド 保育乳	鶏もも肉 豚肩ロース ちくわ わかめ 油揚げ	精白米 強化米(鉄)	人参 ごぼう GP トマト きゅうり 大根 ねぎ バナナ	27 火	フーチバージュシー 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃのコロコロ揚げ スティックきゅうり みそ汁 果物	コーンマヨパン 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	よもぎ 人参 かぼちゃ きゅうり とうがん ねぎ ネーブル
14 水	お弁当会🍎	ジャムケーキ 保育乳	食材の使用についてはコドモンの資料室からご確認ください(*^-^*)			28 水	ごはん 魚の竜田揚げ 人参シリシリ もずくの酢物 みそ汁 果物	ジャムサンド 保育乳	白身魚 豆腐 もずく	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 ブロッコリー にがうり もやし きゅうり えのきたけ ニラ ネーブル
15 木	ロールパン マカロニグラタン ポイルウィンナー ブロッコリーサラダ 野菜スープ 果物	ジュシーおにぎり 保育乳	鶏もも肉 調製豆乳 ウィンナー ベーコン	ロールパン (超熟) マカロニ じゃが芋	玉ねぎ ブロッコリー コーン缶 えのきたけ ほうれん草 人参 桃缶	29 木	わかめごはん とうがんのそぼろ煮 ブロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 果物	大学芋 保育乳	わかめ 豚ひき肉 豚肩ロース 豚三枚肉 カステラカマ ボコ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ 練りごま (白)	とうがん GP ブロッコリー (冷) トマト 干しいたけ ねぎ ネーブル
16 金	マージンごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリ 芋とひじきのサラダ みそ汁 果物	パン 保育乳	鶏もも肉 ちくわ ツナ缶 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび さつま芋	人参 ブロッコリー もやし 白菜 ネーブル	30 金	五目うどん ちくわの磯辺揚げ キャベツのおかかあえ 果物	肉みそおにぎり 保育乳	鶏もも肉 ちくわ 豚ひき肉	茹うどん	ごぼう 人参 山東菜 キャベツ きゅうり りんご ねぎ
17 土	豚丼 スティックきゅうり もずくスープ 果物	亀の甲せんべい 保育乳	豚肩ロース もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ ほうれん草 えのきたけ 人参 ねぎ きゅうり えのきたけ ネーブル	31 土	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 果物	げんまい棒 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 きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル

★ 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

★ 「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

