



きゅうしょく こんだて



バンビ保育園

(作成者) 栄養士 野原正子

令和8年(2026年)

★ 離乳食完了後の1歳児から2歳児は、朝のおやつとしてせんべいや果物、乳などを提供します。(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。

日曜	献立名	午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	午後のおやつ	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	豚肉のみそどんぶり キャベツのツナあえ ゆし豆腐汁 ネーブル	亀の甲せんべい 保育乳	豚もも肉 ツナ缶 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ きゅうり ねぎ ネーブル	18 火	マージンごはん さばのカレー焼き ゴマじゃが ひじきサラダ みそ汁 スイカ	玄米フレークスナック 保育乳	さば 干ひじき ちくわ わかめ	精白米 もちきび じゃが芋	ブロッコリー きゅうり 人参 Hコーン缶 大根 ニラ スイカ
3 月	マージンごはん オクラ納豆 豚大根のみそ煮 鶏と白菜のスープ ネーブル	ワッフル 保育乳	ひきわり納豆 豚肩ロース 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	オクラ 大根 人参 白菜 糸こんにゃく えのきたけ ほうれん草 ネーブル	19 水	もずくどんぶり 大根サラダ ゆし豆腐汁 ネーブル	食育の日 せんべい 固形ヨーグルト	もずく 豚ひき肉 ハム ゆし豆腐 ツナ缶	精白米 強化米(鉄)	ピーマン 赤ピーマン コーン缶 大根 人参 きゅうり ねぎ 桃缶
4 火	黒米ごはん 魚の照り焼き 昆布イリチー トマト添え みそ汁 スイカ	ハッシュポテト 保育乳	白身魚 刻み昆布 豚三枚肉 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト へちま えのきたけ ねぎ スイカ	20 木	フーチバージュシー 鶏肉さっぱり煮 切干大根のイリチー とうがんのみそ汁 バナナ	琉球料理の日 ドーナツ 保育乳	ツナ缶 鶏ささみ ちくわ わかめ	精白米 強化米(鉄)	よもぎ 人参 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく とうがんと ねぎ バナナ
5 水	ごはん(のり佃煮) 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ 魚のみそ汁 ネーブル	揚げパン 保育乳	豚もも肉 ちくわ ツナ缶 白身魚 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ とうがんと ねぎ ネーブル	21 金	沖縄そば かぼちゃの煮物 キャベツのツナあえ ネーブル	ケーキ ジュース	豚三枚肉 丸かまぼこ 刻み昆布 ツナ缶	沖縄そば (茹)	ねぎ かぼちゃ さいやいんげん キャベツ きゅうり ネーブル
6 木	キーマカレー スティックきゅうり もずくスープ ネーブル	せんべい シークワサー ゼリー	鶏ひき肉 もずく ハム	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ へちま なす オクラ ホールトマト缶 きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	22 土	ホワイトシチュー ブロッコリー みそ汁 ネーブル	スティックパン 保育乳	鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 ねぎ GP ブロッコリー えのきたけ ネーブル
7 金	じゃこ入り梅ごはん とうがんのそぼろ煮 トマトときゅうりの酢みそあえ イナムドウチ ネーブル	ジャムケーキ 保育乳	ちりめんじゃこ 豚ひき肉 ちくわ わかめ 豚肉 カステラ カマボコ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	青しそ とうがんと GP トマト きゅうり 干しいたけ ねぎ ネーブル	24 月	黒米ごはん 鮭のみみじ焼き ブロッコリー添え 芋とひじきのサラダ みそ汁 ネーブル	オートミールスナック 保育乳	鮭 干ひじき ベーコン 油揚げ	精白米 黒米 強化米(鉄) さつま芋	人参 ブロッコリー 大根 ねぎ ネーブル
8 土	クファジュシー ブロッコリーサラダ 豚汁 ネーブル	げんまい棒 保育乳	ツナ缶 ハム 豚肉	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	人参 干しいたけ ニラ ブロッコリー コーン缶 大根 ねぎ ネーブル	25 火	わかめごはん フライドポテト ハンバーグ スティックきゅうり かぼちゃスープ ネーブル	旧盆(ウンケー) キャロットサンド 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶 ネーブル
10 月	スパゲティミートソース ゴマじゃが とうがん汁 バナナ	しらすおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐 わかめ	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン とうがんと ねぎ バナナ	26 水	マージンごはん 鶏肉のごまみそ焼き 人参シリシリ もずくスープ スイカ	旧盆(ナカヌヒー) マドレーヌ 保育乳	鶏もも肉 ちくわ ツナ缶 もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび ごま	
12 水	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん ひじきの五目煮 きゅうりのツナあえ みそ汁 ネーブル	小倉ケーキ 保育乳	鶏もも肉 干ひじき ちくわ ツナ缶 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 糸こんにゃく GP ニラ きゅうり なす ねぎ ネーブル	27 木	弁当の日	旧盆(ウークイ) げんまい棒 保育乳			
13 木	黒米ごはん 鮭のみそマヨ焼き チーズコーンサラダ みそ汁 ネーブル	シナモントースト 保育乳	鮭 ミックスチーズ ハム 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	Hコーン缶 レタス きゅうり 大根 ごぼう 人参 ねぎ ネーブル	28 金	ハヤシライス コーンスープ バナナヨーグルト添え	ホットケーキ 保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP コーン缶 ブロッコリー バナナ みかん缶
14 金	タコライス ポテトサラダ みそ汁 ネーブル	アイスクリーム Caウエハース	豚ひき肉 ピザチーズ 豆腐 わかめ	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 パイン缶 レーズン とうがんと ねぎ ネーブル	29 土	焼きそば ポイルウィンナー みそ汁 ネーブル	はちや棒 保育乳	豚もも肉 ウィンナー わかめ	焼きそば めん	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン とうがんと ねぎ ネーブル
15 土	ごはん 麻婆豆腐 フライドポテト コーンスープ ネーブル	くろ棒 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	生しいたけ 人参 玉ねぎ ほうれん草 コーン缶 えのきたけ ネーブル	31 月	豚焼肉どんぶり ゴマじゃが 魚のみそ汁 ネーブル	バナナマフィン 保育乳	豚肩ロース 白身魚 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋 白すりごま	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 ねぎ パイン缶
17 月	豚肉ビビンバ マカロニサラダ みそ汁 ネーブル	焼き芋 保育乳	豚もも肉 油揚げ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ マカロニ	コーン缶 ほうれん草 もやし 人参 パイン缶 りんご きゅうり へちま 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。					

