

幼児食 こんだて表

令和7年 8月 第2愛心こども園

★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)管理栄養士 高嶺崇那

日曜	献立名	アレルギー		おやつ	おもな材料（昼食）			日曜	献立名	アレルギー		おやつ	おもな材料（昼食）			
		●	★▲◇		午前 2歳児未満	あか	きいろ			みどり	●		★▲◇	午前 2歳児未満	あか	きいろ
		卵	乳大豆	午後（1～5歳児）	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			卵	乳大豆	午後（1～5歳児）	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする	
1金	ごはん（強化米入り） 肉みそ豆腐 パパイアイリチー スティックきゅうり（塩） 沢煮椀 バナナ	◇		バナナ	厚揚げ 豚ひき肉 ツナ缶 豚肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人 参 パパイア ニラ ごぼう きゅうり えのきたけ たけのこ ねぎ バナ	16土	もずくどんぶり 大根と油揚げのみそ汁 桃缶	◇		***	はちや棒	もずく 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 大根 ねぎ 桃缶
				野菜ジュース										保育乳		
2土	中華丼 小松菜とコーンのスープ パイン缶			***	豚もも肉	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 茸 小松菜 コーン缶 パイン缶	18月	冷やし中華 かぼちゃの天ぷら メロン	●	▲	Caせんべい	ジューシーおにぎり	鶏ささみ 干ひじき 油揚げ	中華めん	きゅうり トマト かぼちゃ メロン
				ビスケット ★▲ 保育乳										保育乳		
4月	夏野菜カレー ブロッコリーとトマトのごまあえ わかめスープ スイカ	★▲		チーズ 鶏ささみ 乾燥わかめ	オートミールクッキー	精白米 強化米 じゃが芋 オートミール	人参 玉ね ぎ なす へちま 人参 ピーマン ブロッコリー トマト アボカド スイカ	19火	ごはん（強化米入り） さばのゴマだれ焼き しゃきしゃき炒め 豆腐とわかめのみそ汁 ネーブル	◇		Ca ビスケット	チーズスコーン ★▲ 保育乳	さば 豚もも薄切り 肉 竹小町 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米	糸こんにやく もやし ごぼう 人参 ネーブル
5火	ごはん（強化米入り） 魚の竜田揚げ ゴーヤーチャンプルー レバー汁 ネーブル	◇		くずもち ◇	白身魚 豆腐 スパム缶 豚肉	精白米 強化米 じゃが芋	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ 大根 干しいたけ 昆布 ネーブル	20水	ごはん（強化米入り） 揚げ鶏のレモンソースがけ 人参シリシリ トマトとえのきのスープ スイカ	★		Ca ウエハース	レモンラスク ★▲ 保育乳	鶏もも肉 スパム缶 ツナ缶 ベーコン	精白米 強化米	ブロッコリー もやし 人参 えのきたけ カットトマト缶 スイカ
				保育乳												
6水	ごはん（強化米入り） 豚肉のみそ焼き 五目きんぴら もずくスープ メロン			クラッカー	豚もも肉 鶏もも肉 竹小町 もずく	精白米 強化米	赤ピーマン 玉ねぎ ごぼう 人参 糸こんにやく 干しいたけ たけのこ メロン	21木	ごはん（強化米入り） チンジャオロース バンバンジーサラダ 中華風スープ バナナ			Caせんべい	ココアマフィン ★▲ 保育乳	豚肉 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米 ごま	ピーマン たけのこ もやし きゅうり 人参 玉ね ぎ 小松菜 バナナ
				Caせんべい ★▲ カルピスゼリー												
7木	ごはん（強化米入り） 鮭のみそマヨ焼き 昆布イリチー 蒸しブロッコリー パイン ほうれん草とえのきのすまし汁	◇		バナナ	鮭 豚三枚肉	精白米 強化米	昆布 人参 かんぴょう 糸こんにやく ブロッコリー ほうれん草 えのきたけ パイン	22金								
				きなこ蒸しパン ◇ 保育乳												
8金	ごはん（強化米入り） 鶏肉の梅しそ焼き 厚揚げと小松菜炒め そうめん汁 バナナ	◇		Caせんべい	鶏もも肉 ◇厚揚げ ツナ缶	精白米 強化米 そうめん	玉ねぎ 青しそ 小松菜 人参 もやし バナナ	23土				***	豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳			
				ツナマヨトースト ★▲ 保育乳												
9土	ガパオライス風 ほうれん草と茸のすまし汁 桃缶			***	鶏ひき肉 豚ひき肉	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 ほうれん草 干しいたけ 桃缶	25月	カツカレー ちくわと野菜チーズサラダ わかめスープ スイカ	★▲	★	クラッカー	ココアクッキー ★▲ 保育乳	豚ヒレ肉 竹小町 乾燥わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ね ぎ GP ピーマン きゅうり キャベツ コーン缶 スイカ
				ぼたぼた焼き ▲ 保育乳												
11月								26火	ごはん（強化米入り） 鮭の南蛮漬け ほうれん草のソテー 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ	★	◇	チーズ	Feウエハース ●★▲ アイスクリーム	チーズ 鮭 ベーコン 豆腐	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 青ピーマン ほうれん草 もやし えのきたけ バナナ
12火	肉みそスパゲティ キャベツのしらす和え 白菜とベーコンのスープ ネーブル	★	▲	クラッカー	豚ひき肉 じゃこ ベーコン しらす干し	スパゲティ	玉ねぎ 人 参 えのきたけ GP 白菜 キャベツ きゅうり えのきたけ ネーブル	27水	コーンとわかめごはん 鶏肉のさっぱり焼き ブロッコリー炒め ミネストローネ パイン		★	Caせんべい	ベイクドチーズケーキ ●★▲ 保育乳	わかめ ツナ缶 鶏もも肉 ハム	精白米 強化米 じゃが芋	コーン缶 ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ 人参 カットトマト缶 パイン
				おなか塩昆布おにぎり 保育乳												
13水	ごはん（強化米入り） 肉じゃが きゅうりとささみの梅酢和え ゆし豆腐汁 バナナ	◇		Caせんべい	豚肉 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり バナナ	28木	ごはん（強化米入り） 魚のピザ焼き ウィンナー ひじきの五目煮 ネーブル えのきとわかめのスープ 楽しい！パイキング！！	★	◇	Caビスケット	黒糖アガラサー ▲ 保育乳	白身魚 干ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米	人参 ピーマン しめじ 糸こんにやく ニラ えのきたけ ネーブル
				揚げパン ★▲◇ 保育乳												
14木				Caビスケット				29金	ロールパン ハンバーグ スパゲティサラダ パンブキンスープ メロン	★▲ ★▲ ★▲ ★▲		Caビスケット	ゆかりおにぎり 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ きゅうり 人参 かぼちゃ メロン
				ヨーグルトブレッド ★▲ 保育乳												
15金	タコライス 芋とひじきのサラダ 冬瓜と椎茸のすまし汁 パイン	★		Caビスケット	豚ひき肉 干ひじき	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ 人 参 レタス トマト とうがん 干しいたけ パイン	30土	みそそばろ丼 大根とわかめのすまし汁 パイン缶			***	Caせんべい ★▲ 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 大根 パイン缶
				うむくじ天ぷら 保育乳												

★ 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実施しています。

★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
★ 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。

