



幼児食こんだて表



令和7年

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。

管理栄養士 植月 麻幹子

日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食・午後おやつ)			日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食・午後おやつ)			
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり	
1土	ハヤシライス わかめスープ バナナ	*** ぶどうパン ミルク	鶏もも肉 わかめ	精白米 じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、マッシュルーム缶、トマト、みつば、バナナ	17月	マージンごはん 豚肉のケチャップ煮 ポテトサラダ 春雨スープ ネーブル	ビスケット ジャムサンド ミルク	豚薄切り肉 ツナ缶 鶏もも肉	精白米 もちきび じゃが芋 春雨	玉ねぎ、マッシュルーム缶、人参、きゅうり、キャベツ、ほうれん草、干しいたけ、ネーブル	
3月	ひなまつりランチ ハンダマ春ごはん 揚げ鶏の甘辛だれ ほうれん草のベーコン炒め 花麩のすまし汁 いちご	ビスケット 春のいちご 蒸しパン ミルク	鶏ひき肉 鶏もも肉 ●ベーコン(卵不使用)	精白米 ごま 白ゴマ ▲飾り麩	人参、Hコーン缶、青しそ、ほうれん草、キャベツ、大根、みつば、いちご	18火	ジュシーごはん さばの塩焼き ほうれん草の磯あえ ゆし豆腐 りんご	ネーブル バター キャラメル麩 ミルク	干ひじき 豚肉 さば(生) ◇ゆし豆腐	精白米 さつま芋(蒸or茹)	干しいたけ、人参、ニラ、ほうれん草、もやし、人参、りんご	
4火	ゆかりごはん(強化米) 沖縄風煮つけ きゅうりとしらすの甘酢 そうめん汁 みかん	ネーブル サブレ ミルク	豚肉 ◇厚揚げ 刻み昆布 しらす干し わかめ	精白米 ▲そうめん	大根、しめじ、人参、きゅうり、カイワレ大根、みかん	19水	青のりごはん ポテトフライ レバーの竜田揚げ 春雨の中華炒め パイン わかめスープ(絹ごし) 楽しい!バイキング!!	★チーズ さつま芋蒸しパン ミルク	豚レバー 豚もも肉 ◇絹ごし豆腐 わかめ	精白米 白ゴマ 春雨 ごま油 じゃが芋	たけのこ、人参、もやし、干しいたけ、チンゲン菜、パイン	
5水	ごはん(強化米) 鶏肉のみぞれ煮 しゃきしゃき炒め みそ汁(油揚げ) ヨーグルトサラダ	★チーズ キャロットサンド ミルク	鶏もも肉 豚肉 ●竹小町(卵不使用) ◇油揚げ ★Pヨーグ	精白米	大根、系こんにやく、もやし、ごぼう、人参、小松菜、かぼちゃ、しめじ、バナナ、みかん缶	21金	沖縄そば 豆腐のかき揚げ バナナ	せんべい いなり風おにぎり ミルク	豚三枚肉 ●丸かまぼこ 刻み昆布 ◇豆腐ツナ缶 ◇油揚げ	▲沖縄そば	白菜、ブロッコリー、人参、バナナ 人参	
6木	♪お弁当会♪	バナナ いなり風おにぎり ミルク				22土	♪お弁当会♪	*** 亀の甲せんべい ミルク				
7金	ごはん(強化米) プルコギ炒め くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 みかん	せんべい ホットケーキ ミルク	牛肉 わかめ ●ハム(卵不使用) 白身魚	精白米 白ゴマ ごま油 くずきり	玉ねぎ、人参、生しいたけ、ピーマン、きゅうり、大根、みかん	24月	ごはん(強化米) 豚肉しょうが焼き 人参シリシリー とうがンのみそ汁 パイン	クラッカー 黒糖アガラサー ミルク	豚薄切り肉 ツナ缶	精白米 白ゴマ	玉ねぎ、人参、玉ねぎ、ニラ、とうがん、パイン	
8土	鶏肉のあんかけ丼 豆腐のみそ汁 バナナ	*** せんべい ミルク	鶏もも肉 ◇豆腐 わかめ	精白米	干しいたけ、玉ねぎ、人参、Hコーン缶、バナナ	25火	ごはん(強化米) 魚のから揚げ 切干大根のゴマ酢あえ 白菜と厚揚げのスープ りんご	ネーブル ヒラヤーチー ミルク	白身魚 鶏ささみ ◇厚揚げ	精白米 白ゴマ ごま油	切干大根、きゅうり、ごぼう、白菜、ほうれん草、りんご	
10月	マージンごはん さばのゴマだれ焼き 大根のきんぴら炒め もずく汁 みかん	クラッカー カリカリ小魚 バナナ ミルク	さば(生) ●竹小町(卵不使用) もずく	精白米 もちきび 白ゴマ ごま油	玉ねぎ、人参、生しいたけ、ニラ、えのきたけ、みかん	26水	ロールパン ハンバーグ いろどりサラダ 野菜とハムのスープ 桃缶	★チーズ 蒸し(焼き)芋 ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 ●ハム(卵不使用)	◎ロールパン(超熟) ごま油	玉ねぎ、きゅうり、レタス、赤ピーマン、Hコーン缶、かぼちゃ、白菜、小松菜、桃缶	
11火	ごはん(強化米) 野菜たっぷりさつま揚げ ほうれん草のベーコン炒め みそ汁(油揚げ) パイン缶	ネーブル スイートポテト ミルク	白身魚 ●ベーコン(卵不使用) ◇油揚げ	精白米 さつま芋 ★バター	人参、玉ねぎ、ごぼう、ほうれん草、人参、キャベツ、みかん、Hコーン缶、Cコーン缶	27木	ポークカレー カリカリきゅうり わかめスープ ネーブル	バナナ わかめおにぎり ミルク	豚肉 わかめ	ごま油 白ゴマ じゃが芋	玉ねぎ、小松菜、人参、きゅうり、切干大根、ネギ、ネーブル	
12水	ナポリタン(ベーコン) ポテトサラダ(カボチャ) 白菜と厚揚げのスープ りんご	★チーズ ツナマヨおにぎり ミルク	●ハム(卵不使用) ◇厚揚げ わかめ ツナ缶	▲スパゲティ じゃが芋 精白米	玉ねぎ、人参、生しいたけ、Hコーン缶、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり、パイン缶、レズン、白菜、りんご	28金	タコライス ごまかぼちゃ 鶏と野菜のスープ ヨーグルトサラダ	胚芽クラッカー シナモントースト ミルク	豚ひき肉 ★ピザチーズ 鶏もも肉 ★Pヨーグルト	精白米 白ゴマ ★バター	玉ねぎ、人参、レタス、トマト、かぼちゃ、ほうれん草、えのきたけ、バナナ	
13木	鮭のチリソース風 とうがんのそぼろ煮 コーンスープ みかん	バナナ ヨーグルトブレッド ミルク	鶏ひき肉	精白米 ごま油	小松菜、玉ねぎ、とうがん、キャベツ、みかん、Hコーン缶、Cコーン缶	29土	もずくどんぶり 豆腐のみそ汁 バナナ	*** カステラ ミルク	もずく 豚ひき肉 ◇豆腐	精白米	ピーマン、赤ピーマン、Hコーン缶、大根、バナナ	
14金	卒園おめでとう 大好きカレー給食 カツカレー きゅうりとみかんの甘酢 わかめスープ いちご	胚芽クラッカー ゼリーアラモード ミルク	豚肉 わかめ	精白米 じゃが芋 ★バター 白ゴマ	人参、玉ねぎ、ピーマン、玉ねぎ、トマト、きゅうり、みかん缶、みつば、いちご	31月	マージンごはん 鶏のBBQソース 白菜のツナ炒め そうめん汁 パイン缶	ビスケット サーター アングギー ミルク	鶏もも肉 ツナ缶	精白米 もちきび ▲そうめん	りんご、玉ねぎ、白菜、人参、小松菜、カイワレ大根、パイン缶	
15土	肉みそ丼 すまし汁 バナナ	*** スティックパン ミルク	豚ひき肉 わかめ	精白米	玉ねぎ、ピーマン、人参、えのきたけ、バナナ							

★食物アレルギー対応食は、生活管理指導表に基づき実施しています。

・主なアレルギー表示・・・

●卵、★乳製品、▲小麦、◇大豆製品、※加工食品・市販品は都度確認し提供します。

・調味料等の表示は除いています。(詳細は担任へご確認ください)

・パン、ちくわ、ハム、ウインナー、ベーコン、マヨネーズ等、一部卵不使用商品を使用しています。

・えび・かに・いか・落花生・ソバは使用していません。

★幼児食移行期(1~1歳半頃)は、個人の咀嚼能力に合わせて提供します。