



# 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
4 土	五目うどん ブロッコリーのゴマあえ みかん缶	*** スティックパン ミルク	鶏もも肉 ●竹小町 (卵不使用)	▲茹うどん ごま油 ごま	玉ねぎ、人参、 干しいたけ、ほう れん草、きゅう り、みかん	21 火	ごはん(強化米) 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの五目煮 かりかりきゅうり 魚のみそ汁 タンカン	ネーブル 蒸し(焼き)芋 乳飲料	鶏もも肉 干ひじき ●竹小町 (卵不使用) 白身魚	精白米 ごま油 白ゴマ さつま芋	人参、系こん にやく、さやいん げん、きゅうり、と うがん、タンカン
6 月	チキンカレー 温サラダ わかめスープ みかん	ビスケット サブレ ミルク	鶏もも肉 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、トマト、 キャベツ、ブロッ コリー、みつば、 みかん	22 水	ごはん(強化米) 豆腐ハンバーグ 人参シリシリ 粉ふき芋 みそ汁 みかん	★チーズ ジャムサンド ミルク	◇豆腐 牛ひき肉 豚ひき肉 ツナ缶	精白米 じゃが芋	玉ねぎ、人参、ニ ラ、白菜、しめ じ、みかん
7 火	七草ジュシーごはん ちくわの磯辺かき揚げ きゅうりとみかんの甘酢 ゆし豆腐 りんご	ネーブル 黒糖アガラーサー ミルク 七草ノムーチー	ツナ缶 ●竹小町 (卵不使用) ◇ゆし豆腐	精白米	人参、干しいた け、きゅうり、み かん缶、りんご	23 木	青のりごはん レバーフライ(卵、小麦) しゃきしゃき炒め パイン もずくスープ(絹ごし) 楽しい☆バイキング!!	バナナ かりかり小魚 バナナ ミルク	豚レバー、 ●卵、豚 肉、●竹小 町(卵不使 用)、もず く、◇絹ご し	精白米	系こんにやく、も やし、ごぼう、人 参、小松菜、パイ ン パ
8 水	ごはん(強化米) 豚肉のケチャップ煮 ポテトサラダ 春雨スープ パイン	★チーズ バターキャラメル 麩 ミルク	豚薄切り肉 ツナ缶 鶏もも肉	精白米 じゃが芋 春雨	玉ねぎ、マッシュ ルーム缶、人 参、きゅうり、も やし、ほうれん 草、干しいたけ、 パイン	24 金	沖縄そば かぼちゃ天ぷら 温サラダ りんご	せんべい 梅じゃこおにぎり ミルク	豚三枚肉 ●丸かまぼ こ 刻み昆布 ツナ缶	▲沖縄そば	白菜、かぼちゃ、 トマト、キャベツ、 ブロッコリー、り んご
9 木	♪お弁当会♪	バナナ もずく ヒラヤーチー ミルク				25 土	♪お弁当会♪	*** 亀の甲せんべい ミルク			
10 金	タコライス かみかみごぼう 魚のみそ汁 りんご	せんべい ざくざくココアク キー ミルク	豚ひき肉 ★ピザチー ズ 白身魚	精白米 白ゴマ	玉ねぎ、人参、レ タス、トマト、ご ぼう、かぼちゃ、大 根、りんご	27 月	ごはん(強化米) さばのみそ焼き もやし炒め さつま芋の塩バター煮 みそ汁(油揚げ)みかん	クラッカー オートミール スナック ミルク	さば(生) ◇油揚げ わかめ	精白米 さつま芋 ★バター	もやし、ほうれん 草、人参、大根、 みかん
11 土	焼きそば 豆腐のみそ汁 バナナ	*** げんまい棒 ミルク	豚薄切り肉 ●竹小町 (卵不使用) ◇豆腐 わかめ	▲焼きそば めん	キャベツ、もや し、人参、ニラ、 バナナ	28 火	ごはん(強化米) 肉団子 野菜のベーコン炒め 春雨スープ ヨーグルトサラダ	ネーブル ヒラヤーチー ミルク	豚ひき肉 ●ベーコン (卵不使用) 鶏もも肉 ★Pヨーグ ルト	精白米 ごま油 ▲ぎょうざ の皮 春雨	玉ねぎ、干しい たけ、ほうれん草、 キャベツ、人参、も やし、ねぎ、しめ じ、りんご、パン 缶
14 火	ごはん(強化米) 鶏のBBQソース ツナじゃが みそ汁(油揚げ) みかん	ネーブル サーターアンダ ギー(プレーン) ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 ◇油揚げ	精白米 じゃが芋	りんご、玉ねぎ、 人参、ピーマン、 キャベツ、しめ じ、みかん	29 水	旧正月 お祝いご膳 ゆかりごはん 豚の角煮風 田芋のから揚げ きゅうりとしらすの甘酢 イナムルチ いちご	★チーズ メロンパン風 トースト ミルク	豚三枚肉 しらす干し わかめ 豚肉 刻み昆布	精白米 田芋	レタス、きゅうり、 大根、干しいた け、いちご
15 水	スパゲティミートソース 豆腐サラダ コーンスープ バナナ	★チーズ かしわおにぎり ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 ◇豆腐 ツナ缶 わかめ	▲スパゲ ティ	人参、玉ねぎ、 マッシュルーム缶、ト マト、セロリ、ピーマ ン、ブロッコリー、コー ン缶、◇コーン缶、パ ナナ	30 木	ひじきごはん 白身魚のから揚げ ほうれん草のソテー ゆし豆腐 タンカン	バナナ 小倉ケーキ ミルク	鶏もも肉 干ひじき 白身魚 ◇ゆし豆腐	精白米	系こんにやく、人 参、ほうれん草、 キャベツ、タンカ ン
16 木	小松菜ごはん 鶏のから揚げ(カレー風味) こんにやくのソテー 大根汁 みかん	バナナ マドレーヌ ミルク	ちりめん じゃこ、鶏も も肉、●竹 小町(卵不 使用)、わ かめ	精白米 ごま油	小松菜、系こん にやく、人参、H コーン缶、ほうれ ん草、大根、み かん	31 金	ロールパン ハンバーグ いなり風おにぎり クリームシチュー バナナ	胚芽クラッカー いなり風おにぎり ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 鶏もも	◎ロールパ ン(超熟) ごま油 じゃが芋	玉ねぎ、きゅう り、レタス、赤 ピーマン、Hコー ン缶、玉ねぎ、人 参、ブロッコ リー、バナナ
17 金	ごはん(強化米) 豚肉と野菜のみそ炒め 春雨サラダ すまし汁 ヨーグルトサラダ	胚芽クラッカー スイートポテト ミルク	豚肉 ●竹小町 (卵不使用) わかめ ★Pヨーグ ルト	精白米 ごま油 春雨 ごま油	玉ねぎ、人参、 ピーマン、もや し、きゅうり、赤 ピーマン、えのき たけ、りんご パイン缶	18 土	もずくどんぶり みそ汁(厚揚げ) バナナ	*** メロンパン ミルク	もずく(塩抜 き) 豚ひき肉 ◇厚揚げ	精白米	ピーマン、赤ピー マン、Hコー ン缶、白菜、パ ナ
20 月	カツカレー トマトサラダ わかめスープ りんご	ビスケット ココア蒸しパン ミルク	豚肉 わかめ	精白米 じゃが芋 ★バター 白ゴマ	玉ねぎ、人参、 ピーマン、ト マト、レ タス、きゅうり、 みつば、りんご	19 日	カサカレー トマトサラダ わかめスープ りんご	*** メロンパン ミルク	もずく(塩抜 き) 豚ひき肉 ◇厚揚げ	精白米	ピーマン、赤ピー マン、Hコー ン缶、白菜、パ 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。

・主なアレルゲン表示・・・●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。

★食材、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。

★「離乳食献立表」は、該当者へのみお配りしています。

★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。

★はちみつ・黒糖は1歳以上からの提供となります。

★仕入れの関係上、魚・果物など一部の食品が変更となる場合があります。



※ 使用食材をご確認頂き、まだ食べたことない食材は ご家庭にて2回以上食べてみて、アレルギー等の問題がないか様子をご確認ください。