



幼児食こんだて表

第2愛心こども園

令和6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。

管理栄養士 植月 麻幹子

日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食・午後おやつ)			日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食・午後おやつ)						
		午前(1・2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり			午前(1・2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり				
2月	マージンごはん 鶏のBBQソース 白菜のツナ炒め とうがん汁 みかん缶	ビスケット	黒糖アガラサー	ミルク	鶏もも肉 ツナ缶	精白米 もちきび	りんご、玉ねぎ、 白菜、人参、小松 菜、とうがん、えの きたけ、みかん缶	18水	ごはん(強化米) 納豆みそ 魚の照り焼き 白菜しらすあえ そうめん汁 梨	★チーズ	ジャムサンド	ミルク	豚ひき肉 ひきわり 納豆 白身魚 しらす干し	精白米 白ゴマ ▲そうめん	白菜、人参、カイ ワレ大根、梨		
3火	ごはん(強化米) 厚揚げのきのこソース ほうれん草炒め コーンスープ 梨	★チーズ	カリカリ小魚	バナナ	ミルク	▽厚揚げ 鶏ひき肉 ●ベーコン (卵不使用)	精白米 じゃが芋	えのきたけ、しめ じ、ほうれん草、も やし、人参、コー ン缶 梨	19木	青のりごはん 鶏のから揚げ くずきりの甘酢あえ レバー汁 ネーブル	バナナ	マドレーヌ	ミルク	鶏もも肉、 わかめ、● ハム(卵不 使用)、豚レ バー、豚肉	精白米 くずきり じゃが芋	きゅうり 人参 玉ねぎ ネーブル	
4水	タコライス 芋スティック 春雨スープ バナナ	ネーブル	ピザトースト	ミルク	豚ひき肉 豚薄切り肉 チーズ	精白米 さつま芋 春雨	玉ねぎ、人参、レ タス、トマト、たけ のこ、キャベツ、 パイン バナナ	20金	ちゃんぽんラーメン きゅうりとささみの甘酢 バナナ	せんべい	いなり風おにぎり	ミルク	豚肉、●竹 小町(卵不 使用)、鶏さ さみ、わか め	▲中華めん (茹で) ごま油 精白米 むきごま	白菜、玉ねぎ、も やし、人参、きくら げ乾(シイタケ)、H コーン缶、ニラ、 きゅうり、もやし、 バナナ		
5木	ごはん(強化米) 揚げ魚のレモン醤油 人参シリシリー 豚汁 りんご	バナナ	アイスクリーム	ウエハース	白身魚 ツナ缶 豚肉	精白米	人参、玉ねぎ、と うがん、干しいた け、りんご	21土	ごはん(強化米) 麻婆豆腐 すまし汁 バナナ	***	スティックパン	ミルク	▽豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 ごま油	人参、玉ねぎ、生 しいたけ、たけの こ、ニラ、とうが ん、バナナ		
6金	沖縄そば かぼちゃ天ぷら カリカリきゅうり スイカ	せんべい	カレーおにぎり	ミルク	豚三枚肉 ●丸かまぼ こ 刻み昆布	▲沖縄そば ごま油 白ゴマ	白菜、かぼちゃ、 きゅうり、スイカ	24火	きのこごはん 魚のみみじ焼き 白菜の塩昆布あえ そうめん汁 桃缶	ネーブル	大学芋	ミルク	干ひじき ツナ缶 鮭 塩昆布	精白米 ごま ごま油 ▲そうめん	しめじ、えのきた け、干しいたけ、 赤ピーマン、人 参、白菜、カイワ レ大根、桃缶		
7土	鶏肉のあんかけ丼 豆腐のみそ汁 バナナ	***	メロンパン	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水	豚肉ビビンバ マカロニサラダ 鶏とキャベツのスープ 柿	★チーズ	レモンラスク	ミルク	豚薄切り肉 鶏もも肉	精白米 ごま油 白ゴマ ▲マカロニ	コーン缶、ほうれん 草、もやし、人参、 きゅうり、人参、パ イン缶、りんご、レ ス、キャベツ、えの きたけ、柿		
9月	ハヤシライス ほうれん草のツナあえ わかめスープ ネーブル	クラッカー	オートミール	スナック	ミルク	鶏もも肉 しらす干し わかめ ツナ缶	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、ほうれん草、 キャベツ、みつば、 ネーブル	26木	ゆかりごはん 沖縄風煮つけ もずくの酢物 ポテトフライ 魚のみそ汁 パイン 楽しい!パイキング!!	バナナ	ココア蒸しパン	ミルク	豚肉、▽厚 揚げ、刻み 昆布、もず く、白身魚	精白米	大根、しめじ、人 参、きゅうり、と うがん、パイン	
10火	※ごはん(強化米) 魚と野菜の甘酢あん ごまかぼちゃ もずくスープ(絹ごし) 梨	ネーブル	小豆クッキー	ミルク	白身魚 もずく ▽絹ごし豆 腐	精白米 白ゴマ	玉ねぎ、人参、 ピーマン、たけの こ(水煮)、かぼ ちゃ、梨	27金	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ 春雨スープ りんご	胚芽クラッカー	ひじきおにぎり	ミルク	牛肉、豚 肉、ツナ 缶、鶏肉、 干ひじき、 ▽油揚げ	◎ロールパ ン(超熟) じゃが芋 春雨	玉ねぎ、人参、 きゅうり、ほうれん 草、干しいたけ、り んご		
11水	スパゲティミートソース ポテトサラダ コーンスープ みかん缶	★チーズ	みそおにぎり	ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉	▲スパゲ ティ じゃが芋	人参、玉ねぎ、マ ッシュルーム缶、ト マト、ピーマン、か ぼちゃ、きゅうり、り んご、レス、コー ン缶、ほうれん草、み かん缶	28土	豚肉のみそどんぶり ポテトスープ バナナ	***	メロンパン	ミルク	豚薄切り肉 わかめ	精白米 ごま油 じゃが芋	赤ピーマン、チン ゲン菜、玉ねぎ、 バナナ		
12木	♪お弁当会♪	胚芽クラッカー	スイートポテト	ミルク				さつま芋、●卵、★バター、★生クリーム	30月	マージンごはん 鶏のくわ焼き ひじきとちくわのサラダ イナムルチ 洋ナシ	ビスケット	バターキャラメル麩	ミルク	鶏もも肉 ●竹小町 (卵不使用) 干ひじき 豚肉	精白米 もちきび	キャベツ、きゅう り、トマト、大根、 人参、干しいた け、梨 ↑洋梨可	
13金	ごはん(強化米) 豚肉のみそ焼き こんにゃくのソテー 鶏と白菜のスープ パイン	バナナ	キャロットサンド	ミルク	豚もも肉 ●竹小町 (卵不使用) 鶏もも肉	精白米 ごま油	玉ねぎ、赤ピーマ ン、糸こんにゃく、 人参、Hコーン 缶、小松菜、白 菜、えのきたけ、 パイン	★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、ウィンナー、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。また、えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は使用していません。 ★牛乳提供時間について(午前:3歳児以上、午後:3歳未満)となっています。 ★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。 ★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。	※食パン、人参、ツナ缶、●アレルギー対応マヨネーズ	14土	もずくどんぶり すまし汁 バナナ	***	亀の甲せんべい	ミルク	もずく(塩漬 き) 豚ひき肉 わかめ	精白米	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 えのきたけ バナナ
17火	チキンカレー ツナサラダ わかめスープ ヨーグルトサラダ	ネーブル	うさぎさんクッキー	フルーツゼリー	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ ★Pヨーグ ルト	精白米 じゃが芋 ごま油 白ゴマ	人参、玉ねぎ、 ピーマン、きゅう り、ブロッコリー、 トマト、みつば、桃 缶、みかん缶	▲小麦粉、★バター、レスン、(市販ゼリー)	15夜								

※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みてください。