



- ★ 卵・乳・小麦・大豆、又はそれらを原材料とした製品を使用している献立について、記号で表示をしています。
- ★ えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は使用していません。
- ★ パン・ちくわ・ベーコン・ハム・ウィンナー・マヨネーズ等は、卵不使用です。
- ★ 調味料（しょうゆ・みそ・ソース類・ドレッシング等）のアレルゲン表示は除いています。



(作成者)管理栄養士 高嶺奈那

日 曜	献立名	アレルギー				おやつ			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	午後（1～5歳児）	あか			きいろ	みどり	●	★	▲	◇	午前 2歳児未満	午後（1～5歳児）	あか	きいろ
2月	へちまどんぶり ごぼうとささみの和え物 豆腐とえのきのみそ汁 ネーブル				◇	胚芽クラッカー	鶏ひき肉 鶏ささみ 豆腐	精白米 強化米 さつま芋	人参 玉ねぎ しめじ へちま ニラ きゅうり ごぼう えのきたけ ネーブル	16月	カツカレー ブロッコリーとトマトのごまあえ レタスとわかめのスープ ネーブル	★			▲	クラッカー	豚ヒレ肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ GP ピーマン ブロッコリー トマト レタス ネーブル	
						大学芋			アップルヨーグルトブレッド							★▲ 保育乳				
3火	ごはん（強化米入り） 白身魚のカレー風味 しゃきしゃき炒め もずくスープ スイカ					Ca ウエハース	白身魚 豚肉 竹小町 もずく	精白米 強化米 オートミール	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 たけのこ スイカ	17火	ごはん（強化米入り） さばのゴマだれ焼き 春雨の中華炒め 豆腐とえのきのみそ汁 バナナ		◇	◇	◇	Caせんべい	さば 豚も肉 豆腐	精白米 強化米 春雨	たけのこ キャベツ ピーマン しめじ えのきたけ ねぎ バナナ	
						オートミールクッキー	★▲ 保育乳	Caウエハース ●★▲ アイスクリーム												
4水	鮭と青菜のごはん 鶏肉のマーマレード焼き 切干大根のイリチー なめこ汁 バナナ		▲		◇	チーズ	チーズ 鮭フレーク 鶏もも肉 ツナ缶 豆腐	精白米 強化米	大根の葉 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく なめこ バナナ	18水	ごはん（強化米入り） 豚肉のしょうが焼き 昆布イリチー なめこ汁 スイカ			◇		バナナ	豚肉 豚三枚肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米	人参 玉ねぎ ピーマン 刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく なめこ スイカ	
						レモンラスク	★▲ 保育乳	バタークッキー ★▲ 保育乳												
5木	ごはん（強化米入り） 魚のマヨネーズ焼き ブロッコリー炒め トマトとえのきのスープ パイン缶		★	▲		バナナ	白身魚 粉チーズ ロースハム	精白米 強化米	玉ねぎ ブロッコリー キャベツ えのきたけ カットトマト缶 パイン缶	19木	ごはん（強化米入り） 鶏肉のBBQソース ゴーヤーチャンプルー そうめん汁 ネーブル	●		◇	▲	Ca ウエハース	鶏もも肉 豆腐 卵	精白米 強化米 そうめん	りんご 玉ねぎ にがり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ ネーブル	
						ココアスコーン	★▲ 保育乳	チョコチップマフィン ★▲ 保育乳												
6金	ごはん（強化米入り） チンジャオロース フライドポテト（チーズ味） 春雨サラダ コーンスープ ネーブル		★		◇	クラッカー	豚肉 粉チーズ ハム	精白米 強化米 じゃが芋 春雨 ごま	ピーマン たけのこ もやし 人参 きゅうり コーン缶 白菜 ネーブル	20金	ロールパン 魚のフライ ミートポテトのチーズ焼き コーンスープ バナナ	●	★	▲	★	胚芽クラッカー	白身魚 豚ひき肉 鶏もも肉	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ ピクルス 刻みパセリ ブロッコリー カットトマト缶 コーン缶 バナナ	
						カリカリ小鱼・黒棒	●▲ ヨーグルト	かしわおにぎり 保育乳												
7土	野菜のみそそばろ井 レタスとわかめのスープ 桃缶					***	豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 レタス 桃缶	21土	鶏肉丼 なすと油揚げのみそ汁 桃缶			◇		***	鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ たけのこ 人参 みつば 干しいたけ なす 桃缶	
						ビスケット	★▲ 保育乳	豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳												
9月	ナポリタン パンプキンサラダ 小松菜と茸のスープ グレープフルーツ	★	▲			Caせんべい	ウインナー ツナ缶	スパゲティ じゃが芋	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン カットトマト缶 かぼちゃ 小松菜 干しいたけ	24火	焼きそば バンバンジーサラダ チーズ 小松菜えのきのスープ スイカ		★			Ca ウエハース	豚肉 鶏ささみ チーズ しらす干し	焼きそばめん ごま	キャベツ 玉ねぎ ピーマン もやし えの き きゅうり しょうが 小松菜	
						ツナと昆布のおにぎり	保育乳	しらすおにぎり 保育乳												
10火	ごはん（強化米入り） 魚の竜田揚げ ひじきの五目煮 たけのこと椎茸のすまし汁 バナナ		◇			Caせんべい	白身魚 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米	人参 ニラ 糸こんにゃく たけのこ 干しいたけ ねぎ バナナ	25水	ごはん（強化米入り） 魚の照り焼き こんにゃくのソテー 大根と椎茸のみそ汁 バナナ					Caせんべい	白身魚 豚肩ロース	精白米 強化米	糸こんにゃく 人参 コーン缶 小松菜 大 根 干しいたけ ねぎ バナ ナ	
						紅イモちんすこう	▲ 保育乳	ホットケーキ ★▲ 保育乳												
11水	ごはん（強化米入り） レバーフライ 人参シリシリー えのきと油揚げのみそ汁 スイカ	★	▲		◇	バナナ	豚レバー スバム缶 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米	人参 さいやいんげ ん もやし えのきたけ ねぎ スイカ	26木	豚肉ビビンバ きゅうりとささみのゆず酢和え ゆし豆腐汁 ポテトフライ ネーブル 楽しい！パイキング！！		◇		バナナ	豚肉 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 じゃがいも	バナナ ほうれん草 もやし 人 参 きゅうり ネーブル		
						はちみつバタートースト	★▲ 保育乳	もずく天ぷら ★▲ 保育乳												
12木						チーズ				27金	ごはん（強化米入り） 鮭のみそマヨ焼き ほうれん草のソテー 沢煮椀 パイン缶	★			★	クラッカー	鮭 ベーコン 豚肉	精白米 強化米	ほうれん草 もやし 人 参 えのきたけ たけのこ ごぼう ねぎ 干しいたけ パイン缶	
						チーズ蒸しパン	★▲ 保育乳	ミルククリームパン ★▲ 保育乳	野菜ジュース											
13金	ごはん（強化米入り） 西京焼き 五目きんぴら 冬瓜とわかめのすまし汁 バナナ					Ca ウエハース	白身魚 鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米	ごぼう 人参 糸こんにゃく とうがん バナナ	28土						***				
						バナナケーキ	★▲ 保育乳	豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳												
14土	ホイコーロー丼 冬瓜と椎茸のすまし汁 ネーブル					***	豚肩ロース	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 ニラ とうがん 干しいたけ ネーブル	30月	キーマカレー きゅうりとささみの甘酢和え わかめスープ ネーブル	★	▲			胚芽クラッカー	鶏ひき肉 鶏ささみ わかめ 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン カットトマト缶 きゅうり ネーブル	
						はちやぐみ	保育乳	ジューシーおにぎり 保育乳												

- ★ 牛乳提供時間については(午前:3歳以上,午後:3歳未満)となっています。
- ★ 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。

