



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 | | 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 |
| 1土 | 春雨のあんかけ丼 そうめん汁 バナナ | *** | 源氏パイ ミルク | 鶏もも肉(ひき肉可) | 精白米 春雨 ごま油 ▲そうめん | 人参、玉ねぎ、干しいたけ、カイワレ大根、バナナ | 15土 | カレーうどん バナナ | *** | メロンパン ミルク | 鶏もも肉 △厚揚げ | ▲茹うどん | 玉ねぎ、小松菜、人参、バナナ |
| | | 2月2日 節分 | | ※源氏パイ | | | | | ※メロンパン | | | | |
| 3月 | マージンごはん 鶏のくわ焼き ひじきの煮物 魚のみそ汁 みかん | ビスケット 鬼さん蒸しパン ミルク | | 鶏もも肉 干ひじき ●竹小町(卵不使用) 白身魚 | 精白米 もちきび | キャベツ、糸こんにゃく、人参、小松菜、とうがんと、みかん | 17月 | マージンごはん さばのりんごソース 昆布イリチー みそ汁(油揚げ) みかん | ビスケット 蒸し(焼き)芋 ミルク | | さば 刻み昆布 豚三枚肉 △油揚げ わかめ | 精白米 もちきび | りんご、玉ねぎ、切干大根、人参、糸こんにゃく、白菜、みかん |
| | | さつま芋 | | ※HKミックス粉、◇豆乳、純ココア、※チョコ | | | | | さつま芋 | | | | |
| 4火 | ごはん(強化米) れんこん豆腐ナゲット ほうれん草とハムのソテー 豚汁 パイン | ネーブル 大学芋 ミルク | | 鶏ひき肉 ◇豆腐 ●ハム(卵不使用) 豚肉 刻み昆布 | 精白米 | れんこん、玉ねぎ、ピーマン、ほうれん草、キャベツ、人参、大根、干しいたけ、パイン | 18火 | 沖縄そば ほうれん草の白和え りんご | ネーブル 梅じゃこおにぎり ミルク | | 豚薄切り肉 ●丸かまぼこ 刻み昆布 干ひじき ◇豆腐 | ▲沖縄そば 白ゴマ | 白菜 ほうれん草 人参 りんご |
| | | さつま芋、黒ゴマ | | | | | | | | | 精白米、山海ぶし、ちりめんじゃこ、ごま | | |
| 5水 | ごはん(強化米) 鮭のマヨコーン焼 肉じゃが そうめん汁 タンカン | ★チーズ シュガーバター ラスク ミルク | | 鮭 豚肉 | 精白米 じゃが芋 ▲そうめん | 玉ねぎ、赤ピーマン、コーン缶、玉ねぎ、糸こんにゃく、人参、さやいんげん、カイワレ大根、タカ | 19水 | 納豆ごはん 鮭のみそマヨ焼き きゅうりとみかんの甘酢 鶏とキャベツのスープ みかん | ★チーズ 黒ゴマポッキー ミルク | | ◇ひきわり納豆 鮭 鶏もも肉 | 精白米 白ゴマ | きゅうり、みかん 缶、キャベツ、えのきたけ、みかん |
| | | ※食パン、★バター | | | | | | | | | ▲小麦粉、粉黒糖、黒ゴマ、◇豆乳 | | |
| 6木 | ♪お弁当会♪ | バナナ みそおにぎり ミルク | | | | | 20木 | 青のりごはん レバーフライ しゃきしゃき炒め 白菜のスープ いちご | バナナ はちみつマフィン ミルク | | 豚レバー、ツナ缶、●竹小町(卵不使用)、わかめ | 精白米 | 玉ねぎ、糸こんにゃく、もやし、ごぼう、人参、小松菜、白菜、コーン缶、えのきたけ、パセリ、いちご |
| | | はちみつ(1歳以上) | | 精白米、ツナ缶、青のり | | | | | | | ▲小麦 | | |
| 7金 | もずくどんぶり ポテトサラダ 鶏肉汁 いちご | せんべい 人参ケーキ ミルク | | もずく 豚ひき肉 鶏もも肉 | 精白米 じゃが芋 | ピーマン、赤ピーマン、Hコーン缶、かぼちゃ、きゅうり、りんご、レズン、とうがんと、人参、いちご | 21金 | ハンダマごはん きびなごの磯辺揚げ スライストマト みそ汁 りんご | せんべい お麩ラスク(きなこ) バナナ ミルク | | 鶏ひき肉 きびなご 白身魚 わかめ 青のり | 精白米 ごま じゃが芋 ▲麩 | Hコーン缶、人参、青しそ、トマト、玉ねぎ、りんご |
| | | ▲麩、★バター、◇きなこ | | ※HKミックス粉、人参、◇豆乳、★バター | | | | | | | ▲バナナ | | |
| 8土 | カレーピラフ ポテトスープ バナナ | *** カステラ ミルク | | 鶏もも肉 わかめ | 精白米 じゃが芋 | マッシュルーム缶、ミックスベジタブル、バナナ | 22土 | ♪お弁当会♪ | バナナ 亀の甲せんべい ミルク | | | | |
| | | ※カステラ | | | | | | | | | ※亀の甲せんべい | | |
| 10月 | ごはん(強化米) 鶏のから揚げ(青のり) からし菜炒め みそ汁 みかん | クラッカー オートミール スナック ミルク | | 鶏もも肉 ◇豆腐 ツナ缶 わかめ | 精白米 | からし菜、玉ねぎ、キャベツ、人参、大根、みかん | 25火 | チキンカレー 温サラダ わかめスープ みかん | ネーブル ちんびん 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 |
| | | ▲ちんびんミックス粉 | | ※マッシュマロ、※オートミール、※シスコーン、レズン | | | | | | | | | |
| 12水 | スパゲティミートソース 豆腐サラダ コーンスープ パイン缶 | ★チーズ 鮭おにぎり ミルク | | 牛ひき肉 豚ひき肉 ◇豆腐(湯通し) 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、人参、Hコーン缶、コーン缶、パイン缶 | 26水 | フーチバー juice ちくわの磯辺揚げ 白菜のごまあえ ゆし豆腐 りんご | ★チーズ レモンラスク ミルク | | 豚肉 ●竹小町(卵不使用) ◇ゆし豆腐 | 精白米 すりごま | 干しいたけ、人参、よもぎ、白菜、ほうれん草、りんご |
| | | ※食パン、★バター、はちみつ(1歳以上)、レモン汁 | | 精白米、※鮭フレーク、ゴマ、青のり | | | | | | | | | |
| 13木 | ごはん(強化米) 照り焼きハンバーグ 芋とひじきのサラダ 春雨スープ りんご | 胚芽クラッカー ココアクッキー ミルク | | 豚ひき肉 牛ひき肉 干ひじき 鶏もも肉 | 精白米 さつま芋 春雨 | 玉ねぎ、もやし、小松菜、しめじ、りんご | 27木 | ごはん(強化米) さばの塩焼き 人参シリシリパイ もずくの酢物 冬瓜汁 楽しい!パイキング!! | バナナ フライドポテト りんごジュース | | さば(生) ツナ缶 もずく(塩抜き) | 精白米 じゃが芋 | 人参、玉ねぎ、きゅうり、とうがんと、パイン缶 |
| | | じゃが芋、りんごジュース | | ※HKミックス粉、純ココア、◇豆乳、レズン | | | | | | | | | |
| 14金 | 豚肉ビビンバ 春雨サラダ(マヨ) もずくスープ(絹ごし) りんご | 揚げパン ミルク | | 豚薄切り肉 もずく ◇絹ごし豆腐 ツナ缶 | 精白米 ごま油 白ゴマ 春雨 | Hコーン缶、ほうれん草、もやし、きゅうり、キャベツ | 28金 | ロールパン チキンカツ マカロニサラダ かぼちゃとハムのスープ バナナ | 胚芽クラッカー ひじきおにぎり ミルク | | 鶏もも肉、干ひじき、◇油揚げ●ハム(卵不使用) | ◎ロールパン(超熟) ▲マカロニ | キャベツ、きゅうり、人参、パイン缶、りんご、かぼちゃ、玉ねぎ、Hコーン缶、バナナ |
| | | ※ロールパン、◇きな粉 | | | | | | | | | 精白米、ひじき、人参、◇油あげ、ニラ | | |

- ★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。
- ★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。



