



# 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
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	※HKミックス粉、◇豆乳、純ココア、※チョコ	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	
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	さつま芋、黒ゴマ	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	
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	※食パン、★バター	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	
6木	♪お弁当会♪	バナナ みそおにぎり ミルク	精白米、ツナ缶、青のり				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	
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	※HKミックス粉、人参、◇豆乳、★バター	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	
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	※カステラ	22土	♪お弁当会♪	バナナ 亀の甲せんべい ミルク	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	
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	※マッシュマロ、※オートミール、※シスコーン、レズン	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	
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	精白米、※鮭フレーク、ゴマ、青のり	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	
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	※HKミックス粉、純ココア、◇豆乳、レズン	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	
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	※ロールパン、◇きな粉	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	

- ★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。



