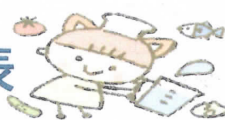




# 幼児食こんだて表



令和7年

すみれ保育園

※ 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			日曜	献立名	おやつ		
		午前(1・2歳児)	午後(1～5歳児)	おまな材料(昼食・午後おやつ)			午前(1・2歳児)	午後(1～5歳児)	おまな材料(昼食・午後おやつ)
				あか きいろ みどり					あか きいろ みどり
2月	納豆ごはん 鶏のBBQソース ほうれん草とハムのソテー 大根汁 果物	クラッカー 大学芋 ミルク		血や肉・骨となる 熱や力となる 体の調子をよくする	17火	ごはん(強化米) 鶏のから揚げ(カレー風味) 八宝菜 みそ汁(油揚げ) 果物	ネーブル ゴマきなこ トースト ミルク		鶏もも肉 鶏もも肉 ごま油 白すりごま 白菜、たけのこ、人参、生しいたけ、とうがん、りんご
3火	青のりごはん 元気バーハンバーグ しゃきしゃき炒め(ツナ) 白菜と豆腐のスープ 果物	ネーブル ちんびん ミルク		さつま芋、ごま	18水	ごはん(強化米) さばのみそ焼き 豆腐チャンプルー すまし汁 ネーブル	★チーズ マドレーヌ ミルク		さば(生) 豆腐 豚肉 鶏もも肉 ごま油 白ごま 白菜、玉ねぎ、人参、ピーマン、白ネギ、えのきたけ、ネーブル
4水	フィッシュカツカレー トマトサラダ わかめスープ 果物	★チーズ メロンパン風 トースト ミルク		白身魚 鶏もも肉 わかめ	19木	♪お弁当会♪	バナナ おやつパン ミルク		※食パン、★バター、ごま、きな粉
5木	もずくどんぶり かみかみごぼう 魚のみそ汁 果物	バナナ くずもち ミルク		もずく 豚ひき肉 白身魚	20金	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き 春雨サラダ(マヨ) 豆乳カレースープ(ハム) 果物	胚芽クラッカー パースデーケーキ ミルク お誕生会		※菓子パン
6金	ごはん(強化米) 鮭のオーロラ焼き かぼちゃのそぼろ煮 春雨スープ 果物	胚芽クラッカー アイスクリーム 鉄ウエハース		鮭 豚ひき肉 鶏もも肉	21土	ハヤシライス 果物	ウエハース 亀の甲せんべい ミルク		鶏もも肉 わかめ 白身魚 白ごま 玉ねぎ、人参、ブロッコリー、マッシュルーム、トマト、バナナ
7土	なすのミートスパゲティ 果物	ウエハース 源氏パイ ミルク		豚ひき肉 ▲スパゲティ	24火	スパゲティミートソース ツナサラダ コーンスープ 果物	せんべい ひじきおにぎり ミルク		▲スパゲティ 人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト、セロリ、ピーマン、きゅうり、レタス、赤ピーマン、ハム、コーン、コンソメ、キャベツ、パイン
9月	マージンごはん 減塩)チキン照り焼き ツナじゃが へちま汁(油揚げ) 果物	ビスケット ちんすこう ミルク		鶏もも肉 ツナ缶 油揚げ	25水	ごはん(強化米) 豚肉の香り焼き ポテトサラダ 春雨スープ 果物	★チーズ クリームあん サンド ミルク		さつま芋、米粉、豆乳
10火	沖縄そば かぼちゃ天ぷら キャベツとオクラのツナあえ 果物	ネーブル 鮭おにぎり ミルク		豚肉 丸かまぼこ 刻み昆布 ツナ缶	26木	ごはん(強化米) 厚揚げのきのこソース ひじきとちくわのサラダ イナムルチ 果物	バナナ バナナケーキ ミルク		※食パン、つばあん、★生クリーム
11水	ジュシーごはん さばの塩焼き ほうれん草の磯あえ ゆし豆腐 果物	★チーズ フライドポテト ミルク		干ひじき 豚肉 さば(生) ゆし豆腐	27金	キーマカレー 夏野菜サラダ 白菜と厚揚げのスープ 果物	ネーブル 芋天ぷら ミルク		鶏ひき肉 ツナ缶 厚揚げ わかめ 人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト、きゅうり、ブロッコリー、赤ピーマン、にがうり、ハム、コンソメ、白菜、ネーブル
12木	へちまどんぶり さつま芋の塩バター煮 スライストマト もずくスープ(絹ごし) 果物	バナナ いちごマフィン ミルク		鶏ひき肉 もずく(塩抜き) さつま芋 絹ごし豆腐	28土	肉みそ丼 果物	ウエハース カステラ ミルク		さつま芋、米粉、豆乳
13金	ごはん(強化米) 豆腐ハンバーグ ほうれん草のベーコン炒め みそ汁 果物	せんべい 黒糖むしカステラ ミルク		豆腐 牛肉、豚肉 ベーコン (卵不使用) わかめ	30月	ごはん(強化米) 豚肉しょうが焼き 人参シリシリ 魚のみそ汁 果物	クラッカー ヨーグルト レッド ミルク		※食パン、ひじき、人参、油揚げ、ニラ
14土	春雨のあんかけ丼 果物	ウエハース ぶどうパン ミルク		鶏もも肉 春雨 ごま油					※カステラ
16月	タコライス ポテトの甘辛揚げ 魚のみそ汁 果物	クラッカー ホットケーキ ミルク		豚ひき肉 ★ビザチーズ 白身魚					※HKミックス粉、★牛乳、★バター、ジャム

★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。

★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。  
★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。

