



給食こんだて

令和6年

♪～♪ もうすぐ卒園・進級！ 今後の成長も願って、今月は人気メニューを多く取り入れています。♪～♪



★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。

(作成者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(屋食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(屋食)		
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよく する				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよく する
1	お祝いらし寿司 ハンバーグ 人参グラッセ ほうれん草のソテー すまし汁 ネーブル	バナナ ゼリー ひなあられ カルピス	鮭フレーク 豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 わかめ 絹ごし豆腐	精白米	人参 Hコーン缶 さやいんげん 玉ねぎ ほうれん草 赤ピーマン たけのこ ネーブル	16	ハヤシライス カリカリきゅうり すまし汁 ネーブル	*** くろ棒 保育乳	鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ 人参 GP きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル
2	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 コーンスープ ネーブル	*** タンナファクルー 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄)	生いたけ 人参 ニラ 玉ねぎ たけのこ きゅうり コーン缶 キャベツ	18	マージンごはん 豚大根のみそ煮 かぼちゃのコロコロ揚げ もずくスープ ネーブル	米せんべい 黒糖アガラサー 保育乳	豚肩ロース もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	大根 人参 糸こんにやく かぼちゃ たけのこ ねぎ ネーブル
4	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん ひじきの五目煮 ブロッコリーのゴマあえ みそ汁 りんご	米せんべい くずもち 保育乳	鶏胸肉 干ひじき 竹小町 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび ごま	人参 ニラ 糸こんにやく しめじ ブロッコリー 大根 ねぎ りんご	19	のりごはん ちくわのみみじ揚げ 野菜チャンプルー イナムドウチ りんご	バナナ ジャムサンド 保育乳	竹小町 豆腐 豚肉 カステラカマ ポコ	精白米 強化米(鉄) めんぷら粉 (卵不使用)	刻みハセリ キャベツ 人参 もやし コーン缶 ニラ 干しいたけ ねぎ りんご
5	納豆ごはん 豚肉しょうが焼き 人参シリシリー みそ汁 ネーブル	バナナ ゴマ風味焼き菓子 保育乳	ひきわり納豆 豚も薄切り 肉 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	ねぎ 赤ピーマン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし ニラ ネーブル	21	カレーピラフ チキン照り焼き ほうれん草炒め ポテトスープ ネーブル	米せんべい 玄米フレークスナック 保育乳	鶏もも肉 ウィンナー 豆腐 ツナ缶 ベーコン	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 えのきたけ ピーマン ネーブル
6	タコライス フライドポテト スティックきゅうり(マヨ) 春雨スープ バナナ	米せんべい 春色蒸しパン 保育乳	豚ひき肉 チーズ 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 春雨	玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり 赤ピーマン 白菜 バナナ	22	黒米ごはん 魚のから揚げ ひじきの煮物 トマトサラダ 春雨スープ りんご	バナナ ロッククッキー 保育乳	白身魚 干ひじき 竹小町 豚もも肉	精白米 強化米(鉄) 春雨 ゴマ	人参 糸こんにやく さやいんげん トマト きゅうり たけのこ キャベツ りんご
7	黒米ごはん 白身魚のみみじ焼き こんにやくのソテー 白菜のおひたし ゆし豆腐汁 ネーブル	米せんべい オートミールスナック 保育乳	白身魚 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄)	人参 糸こんにやく Hコーン缶 小松菜 白菜 ねぎ ネーブル レーズン	23	豚焼肉どんぶり キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル	*** 亀の甲せんべい 保育乳	豚肩ロース ツナ缶 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
8	沖縄そば かぼちゃの煮物 きゅうりの甘酢あえ りんご	バナナ わかめおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば (茹)	刻み昆布 山東菜 かぼちゃ さやいんげん きゅうり りんご	25	豚肉ビビンバ マカロニサラダ レタスのスープ ネーブル	米せんべい ゴマスティック 保育乳	豚もも肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ マカロニ 白ゴマ	コーン缶 チンゲン菜 もやし 人参 赤ピーマン ハイン缶 りんご レタス 玉ねぎ ネーブル
9	鶏肉のあんかけ丼 キャベツのおかかあえ みそ汁 ネーブル	*** はちや棒 保育乳	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ GP 人参 ねぎ Hコーン缶 キャベツ きゅうり えのきたけ ネーブル	26	黒米ごはん 豆腐ハンバーグ(きのこソース) きんぴらごぼう(カレー風味) みそ汁 りんご	バナナ シナモントースト 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 鶏もも肉 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄)	玉ねぎ えのきたけ しめじ ごぼう 人参 さやいんげん かぼちゃ ねぎ りんご
11	もずくどんぶり かみかみごぼう さつま芋のゴマあえ みそ汁 ネーブル	米せんべい ちんびん 保育乳	もずく 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ さつま芋 白ゴマ	ピーマン コーン缶 ごぼう 人参 さやいんげん 大根 ネーブル	27	マージンごはん レバーのゴマソースがらめ 人参シリシリー きゅうりの甘酢あえ そうめん汁 バナナ	米せんべい ヨーグルト入リスコーン 保育乳	豚レバー 豚肉 ツナ缶 しらす干し わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ そうめん	人参 ブロッコリー もやし きゅうり ねぎ バナナ
12	ロールパン 鶏肉のごまみそ焼き ポテトサラダ パンブキン豆乳スープ ネーブル	バナナ 豆腐ブレッド 保育乳	鶏もも肉 調理豆乳	ロールパン (超熱) ごま じゃが芋	人参 きゅうり りんご かぼちゃ キャベツ 玉ねぎ えのきたけ ネーブル	28	ごはん 白身魚のみそマヨ焼き 切干大根のイリチー スティックきゅうり(塩) ゆし豆腐汁 ネーブル	米せんべい サーターアングダー 保育乳	白身魚 豚肉 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにやく きゅうり ほうれん草 ネーブル
13	お弁当会	米せんべい 揚げパン 保育乳			29	黒米ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春雨の中華炒め ブロッコリー(マヨ) みそ汁 ネーブル	バナナ せんべい りんごジュース	鶏もも肉 豚もも肉 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 春雨	たけのこ 人参 白菜 しめじ さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ ネーブル	
14	卒園・進級のお祝い みんな大好きカレー給食 フィッシュカツカレー わかめスープ フルーツヨーグルト	米せんべい 型抜きクッキー 保育乳	白身魚 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ GP ピーマン バナナ みかん缶 みつば	30	新年度準備				
15	黒米ごはん 鶏のから揚げ しゃきしゃき炒め もずくの酢物 みそ汁 ネーブル	バナナ 誕生会ケーキ 保育乳	鶏もも肉 豚も薄切り 肉 竹小町 もずく 豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄)	糸こんにやく もやし ごぼう 人参 きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	★材料、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。 ★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。 ★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。 ★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。					