



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(昼食) あか きいろ みどり 血や肉・骨となる 熱や力となる 体の調子をよくする	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(昼食) あか きいろ みどり 血や肉・骨となる 熱や力となる 体の調子をよくする
1 金	お祝ちらし寿司 ハンバーグ 人参グラッセ(花型) ほうれん草のソテー すまし汁 果物	バナナ 花ゼリー 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 赤ビーマン たけのこ いちじく	16 土	★カレーパーティー★	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)
2 土	もずくどんぶり みそ汁	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 白ゴマ さつま芋	18 月	黒米ごはん 鮭のもみじ焼き こんにゃくのソテー 白菜のおひたし ゆし豆腐汁 果物	米せんべい オートミールスナック 保育乳
4 月	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 プロッコリーのゴマあえ みそ汁 果物	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 もちきび ごま 人参 ニラ 糸こんにゃく しめじ プロッコリー 大根 ねぎ りんご	19 火	のりごはん ちくわのものみじ揚げ 野菜チャンプルー イナムドウチ 果物	バナナ ジャムサンド 保育乳
5 火	納豆ごはん 豚肉しようが焼き 人参シリシリ みそ汁 果物	バナナ ゴマ風味焼き菓子 保育乳	ひきわり納豆 豚もも薄切り 肉 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 じゃが芋 白ゴマ ねぎ 赤ビーマン 玉ねぎ 人参 プロッコリー もやし ニラ ネーブル	21 木	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 果物	米せんべい 玄米フレークスナック 保育乳
6 水	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 果物	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 じゃが芋 春雨 玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり 赤ビーマン 白菜 バナナ	22 金	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 果物	バナナ ロッククッキー ^{食育の日} 保育乳
7 木	♥♥ お弁当会 ♥♥ 	米せんべい アガラサー 保育乳			23 土	豚焼肉どんぶり キャベツのツナあえ みそ汁 果物	*** 亀の甲せんべい 保育乳
8 金	沖縄そば かぼちゃの煮物 きゅうりの甘酢あえ 果物	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) 精白米 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 月	豚肉ピビンバ マカロニサラダ レタスのスープ 果物	米せんべい ゴマスティック 保育乳
9 土	鶏肉のあんかけ丼 キャベツのおかかあえ みそ汁 果物	*** はちや棒 保育乳	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 干しあけ 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 火	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 果物	バナナ シナモントースト 保育乳
11 月	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 果物	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 白ゴマ さつま芋 ビーマン コーン缶 ごぼう 人参 さやいんげん 大根 ネーブル	27 水	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 きゅうりの甘酢あえ そうめん汁 果物	米せんべい ヨーグルト入りスコーン 保育乳
12 火	ロールパン 鶏肉のごまみそ焼き ポテトサラダ パンプキン豆乳スープ 果物	バナナ 豆腐ブレッド 保育乳	鶏もも肉 調製豆乳	ロールパン (超熟) 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 木	ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根のイリチー ^{食育の日} スティックきゅうり(塩) ゆし豆腐汁 果物	米せんべい サーティーアンダギー ^{食育の日} 保育乳
13 水	黒米ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春雨の中華炒め プロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	バナナ 蒸し芋(焼き芋) 保育乳	鶏もも肉 豚もも肉 わかめ	精白米 黒米 春雨 たけのこ 人参 白菜 しめじ さやいんげん プロッコリー 大根 ねぎ ネーブル	29 金	♪ みんな大好きカレー給食 ♪ フィッシュカツカレー ヨーグルトサラダ わかめスープ ミニゼリー	米せんべい 型抜きクッキー ^{食育の日} 保育乳
14 木	スパゲティミートソース プロッコリーのしらすあえ コーンスープ 果物	米せんべい お誕生日ケーキ 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 しらす干し	▲スパゲティ 人参 玉ねぎ トマトセリ ピーマン プロッコリー コーン缶 白菜 りんご	30 土	沖縄そば トマトサラダ 果物	*** げんまい棒 ^{食育の日} 保育乳
15 金	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 果物	バナナ マシュマロサンド 保育乳	鶏もも肉 豚もも薄切り 肉 竹小町 もずく 豆腐	精白米 黒米 糸こんにゃく 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。	

