

※ 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 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			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(昼食)				
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり		
2月	♪ こどもの日 給食 ♪ ツナコーンピラフ ハンバーグ グラッセ パンプキンサラダ 春雨スープ パイン	ビスケット こいのぼり クッキー 乳飲料	ツナ缶 豚ひき肉 牛ひき肉 豚薄切り肉	精白米 じゃが芋 春雨	人参、玉ねぎ、 ピーマン、Hコーン 缶、ブロッコリー、 かぼちゃ、たけの こ、白菜、パイン、 レーズン	20金	🍱 お弁当会 🍱	胚芽クラッカー メロンパン 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	
6金	タコライス ポテの甘辛揚げ 魚のみそ汁 りんご	胚芽クラッカー はちみつマフィン ミルク	豚ひき肉 白身魚	精白米 じゃが芋	玉ねぎ、人参、レ タス、トマト、とうが ん、りんご	21土	鶏肉のあんかけ丼 ゴマじゃが ゆし豆腐 バナナ	ウエハース おにぎり 麦茶		鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 じゃが芋	干しいたけ、玉ね ぎ、人参、Hコーン 缶、バナナ	
7土	焼きそば マヨカレーポテト コーンスープ バナナ	ウエハース おにぎり 麦茶	豚薄切り肉 ●竹小町 (卵不使用) わかめ	▲焼きそ ばめん じゃが芋 (蒸or茹)	人参、玉ねぎ、 キャベツ、ピーマ ン、Hコーン缶、C コーン缶、バナナ	23月	麦ごはん(強化米) さばの塩焼き ひじきの煮物 スライストマト 豚汁 パイン	クラッカー ココア蒸しパン ミルク		さば(生) 干ひじき ●竹小町 (卵不使用) 豚肉	精白米	人参、小松菜、ト マト、大根、干しい たけ、パイン	
9月	麦ごはん(強化米) 揚げ鶏の甘辛だれ 大根のきんぴら炒め みそ汁 ネーブル	クラッカー ちんぴん ミルク	鶏もも肉 鶏もも肉 ゆし豆腐 わかめ	精白米 ごま じゃが芋	大根、人参、糸こ んにやく、ニラ、 ネーブル	24火	沖縄そば かぼちゃ天ぷら きゅうりの中華風 ネーブル	せんべい しらすおにぎり 麦茶		豚肉 ●丸かまぼ こ 刻み昆布 しらす干し	▲沖縄そ ば(茹) 精白米	ほうれん草、かぼ ちゃ、きゅうり、 ネーブル	
10火	スパゲティミートソース ポテトサラダ 豚肉とキャベツのスープ ヨーグルトサラダ りんご	ウエハース ツナマヨおにぎり 麦茶	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ ツナ缶 豚肉 ★Pヨーグル ト ツナ缶	▲スパゲ ティ じゃが芋	人参、玉ねぎ、 マッシュルーム 缶、トマト、セロ、ピー マン、きゅうり、キャ ベツ、小松菜、干 しいたけ、バナ ナ、みかん缶	25水	チキンカレー 豆腐サラダ コーンスープ フルーツポンチ	チーズ 揚げパン ミルク		鶏もも肉 しらす干し わかめ	精白米 じゃが芋	人参、玉ねぎ、G P、ピーマン、きゅ うり、Hコーン缶、 Cコーン缶、白菜、 りんご	
11水	クファージュシー サバのカレー揚げ キャベツのおかかあえ ゆし豆腐 りんご	チーズ キャロットサンド ミルク	干ひじき 豚肉 さば(生) ゆし豆腐 ツナ缶	精白米 さば	干しいたけ、人 参、ニラ、キャベ ツ、きゅうり、りん ご、人参	26木	コーンごはん レバーフライ しゃきしゃき炒め ブロッコリー みそ汁 りんご	ウエハース 誕生日ケーキ ミルク		豚レバー、 ●卵、豚 肉、●竹小 町(卵不使 用)、ゆし豆 腐、わかめ	精白米 じゃが芋	コーン、糸こ んにやく、もやし、ご ぼう、人参、ブロッ コリー、りんご	
12木	ごはん(強化米) 鮭のマヨコーン焼 人参シリシリー カリカリきゅうり みそ汁 ネーブル	クラッカー マドレーヌ ミルク	鮭 鶏ひき肉	精白米	玉ねぎ、しめじ、赤 ピーマン、Cコー ン缶、人参、ニラ、 きゅうり、大根、え のきたけ、ネーブ ル	27金	へちまどんぶり くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 パイン	せんべい 小倉ケーキ ミルク		鶏ひき肉 わかめ ●竹小町 (卵不使用) 白身魚	精白米 くずきり	人参、玉ねぎ、し めじ、へちま、ニ ラ、きゅうり、とう がん、パイン	
13金	もずくどんぶり ごまかぼちゃ スライストマト 春雨スープ(魚) りんご	せんべい 黒ゴマポッキー 固形ヨーグルト ミルク	もずく(塩抜 き) 豚ひき肉 白身魚 わかめ	精白米 春雨	ピーマン、赤ピー マン、Hコーン缶、 かぼちゃ、トマト、 白菜、りんご	28土	豚肉のみそどんぶり きゅうりとささみの甘酢 そうめん汁 バナナ	ウエハース くろ棒 りんご ミルク		豚薄切り肉 鶏ささみ わかめ	精白米 ▲そうめん	赤ピーマン、チン ゲン菜、玉ねぎ、 きゅうり、バナナ	
14土	豚肉のみそどんぶり マッシュポテト そうめん汁 バナナ	ウエハース 亀の甲せんべい りんご ミルク	豚薄切り肉	精白米 じゃが芋 ▲そうめん	赤ピーマン チンゲン菜 玉ねぎ バナナ	30月	麦ごはん(強化米) 魚のから揚げ 八宝菜 みそ汁 ネーブル	ビスケット くずもち ミルク		赤魚(骨抜 き) ゆし豆腐 豚肉	精白米	白菜、たけのこ、 赤ピーマン、しい たけ、しょうが、にん にく、大根、しめ じ、ネーブル	
16月	麦ごはん(強化米) 豚肉のケチャップ煮 春雨の中華炒め ブロッコリーのごまマヨあ わかめスープ ネーブル	ビスケット 蒸し芋 ミルク	豚薄切り肉 豚もも肉 わかめ	精白米 春雨 さつま芋	玉ねぎ、マッシュ ルーム缶、たけの こ、人参、キャベ ツ、干しいたけ、 小松菜、ブロッコ リー、みつば、 ネーブル	31火	ごはん(強化米) 麻婆豆腐 春雨サラダ コーンスープ りんご	クラッカー 青のりクラッカー バナナ ミルク		ゆし豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 春雨	ネーブル、しい たけ、人参、玉ね ぎ、たけのこ、ニ ラ、もやし、きゅう り、Hコーン缶、C コーン缶、ほうれん 草、りんご	
17火	わかめごはん きびなごの磯辺揚げ かぼちゃのそぼろ煮 なめこ汁 りんご	クラッカー ざくざくココア クッキー ミルク	わかめご飯 の素(市販) きびなご(1 尾約10g) 豚ひき肉 ゆし豆腐	精白米 ごま ◎シスコ ン(コーン レーク)	切干大根、人参、 かぼちゃ、玉ね ぎ、なめこ水煮、 小松菜、りんご								
18水	ロールパン ハンバーグ パンプキンサラダ 豚肉とキャベツのスープ ヨーグルトサラダ	チーズ 小松菜と鮭の おにぎり 麦茶	豚ひき肉 牛ひき肉 豚肉 ★Pヨーグル ト ※鮭フレー ク	◎ロー ルパン(超 熟) じゃが芋 精白米	玉ねぎ、かぼ ちゃ、キャベツ、チ ンゲン菜、干しい たけ、バナナ、パ イン缶								
19木	ごはん(強化米) 鶏肉のマーマレード焼き ゴーヤ揚げ(甘醤油) こんにゃくのソテー すまし汁 ネーブル	ビスケット いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ●卵 鶏ささみ もずく(塩抜 き)	精白米	にがうり、糸こ んにやく、人参、H コーン缶、小松 菜、えのきたけ、 ネーブル								

- ★ 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。
- ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。
- ★ 「離乳食献立表」は、該当者へのみお配りしています。
- ★ 午前(1・2歳児)おやつのおやつは変更となる場合があります。
- ★ 幼児食移行期(1~1歳半頃)は、咀嚼能力に合わせて調理法や食材を替える場合があります。
- ★ 仕入れの関係で、材料の一部、季節の果物などが変更となる場合があります。



※ 食べたことのない食品は、ご家庭にて2回以上食べてみて、アレルギー等の問題が無いことをご確認ください。食べられる食品が増えた場合は担任までご報告ください。