

5月

幼児食こんだて



令和6年

※ 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。

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 血や肉・骨 となる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくなる				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 よくなる
1	焼きそば ブロッコリー添え ポテトスープ ネーブル	バナナ 梅おにぎり スキムミルク	脱脂粉乳	焼きそば じゃが芋 精白米 新玄	キャベツ ブロッコリー Cコーン缶 ネーブル	18	ごはん 麻婆豆腐 わかめスープ バナナ	チーズ ぼたぼた焼き りんごジュース	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 片くり粉 白ゴマ せんべい	生しいたけ 玉ねぎ たけのこ 人参 ニラ ニンニク しょうが バナナ りんごジュース
2	ハヤシライス コールスローサラダ えのきのすまし汁 バナナ	マンナビスケット スナックパン スキムミルク	豚肉 わかめ 脱脂粉乳	精白米 新玄 スナックパン	玉ねぎ 人参 ニンニク GPLめじ キャベツ Hコーン缶 えのきたけ ねぎバナナ	20	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 ブロッコリーおかか和え じゃが芋のみそ汁 パイン缶	野菜ハイハイ ミニたい焼き スキムミルク	豚ひき肉 厚揚げ 花かつお 油揚げ 脱脂粉乳	精白米 春雨 じゃが芋	人参 いんげん ブロッコリー パイン缶
7	ごはん ミートボール パイパイリチー ブロッコリー えのきのすまし汁 パイン缶	野菜ハイハイ フライドポテト スキムミルク	ミートボール ツナ缶 わかめ 脱脂粉乳	精白米 フライドポテト	パイパイ 人参 ニラ ブロッコリー えのきたけ ねぎ パイン缶	21	あわごはん 西京焼き(さば) こんにやくのソテー あおさ汁 バナナ	マンナビスケット カスタードケーキ スキムミルク	さば 鶏ささみ あおさ 豆腐 脱脂粉乳	精白米 あわ カスタード ケーキ	糸こんにやく 人参 Hコーン缶 小松菜 しょうが バナナ
8	カレーうどん ちくわの素揚げ ほうれん草のツナあえ ネーブル	バナナ ジュシーおにぎり スキムミルク	豚肉 ツナ缶 塩昆布 脱脂粉乳	うどん カレーうどん 精白米 新玄	玉ねぎ 人参 長ネギ ほうれん草 ネーブル ねぎ	22	沖縄そば フライドポテト 小松菜のゴマあえ ネーブル	バナナ みそおにぎり スキムミルク	豚三枚肉 丸かまぼこ 豚だし骨 ツナ缶 脱脂粉乳	沖縄そば フライドポテト 白ゴマ 精白米 新玄	ねぎ 小松菜 人参 ネーブル
9	あわごはん 魚のオーロラソース焼き 春雨の中華炒め じゃが芋のみそ汁 バナナ	マンナビスケット バターロール スキムミルク	白身魚 豚肉 油揚げ 脱脂粉乳	精白米 あわ 春雨 じゃが芋	たけのこ 人参 キャベツ しめじ いんげん バナナ	23	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの煮物 えのきのすまし汁 バナナ	マンナウエハース ツナサンド スキムミルク	鶏手羽元 干ひじき 油揚げ わかめ ツナ 脱脂粉乳	精白米 強化麦 食パン	しょうが ニンニク 人参 いんげん えのきたけ ねぎ バナナ
10	中華丼(Fe) 肉団子 わかめスープ パイン缶	マンナウエハース 人参蒸しパン(豆乳) スキムミルク	豚肉 安心素材ミートボール わかめ 調製豆乳 脱脂粉乳	精白米 新玄 片くり粉 白ゴマ HKミックス粉	白菜 人参 たけのこ 生しいたけ しょうが ニンニク パイン缶 人参ジュース レーズン	24	三色ごはん(Fe) いんげんのゴマあえ 豆腐のみそ汁 ネーブル	バナナ 豆腐のブラウニー スキムミルク	豚ひき肉 豆腐 わかめ 純ココア 豆腐 脱脂粉乳	精白米 新玄 白すりごま 米粉 片くり粉	しょうが 人参 小松菜 いんげん ねぎ ネーブル
11	ごはん 人参シリシリ(卵抜き) ちくわ煮 豚汁 バナナ	チーズ わかめおにぎり スキムミルク	竹小町 ツナ缶 竹小町 豚肉 厚揚げ わかめふりかけ 脱脂粉乳	精白米	人参 ブロッコリー もやし 大根 干しいたけ ねぎ バナナ	25	肉うどん ゴマじゃが バナナ	チーズ 青菜おにぎり(Fe) スキムミルク	豚肉 わかめ 脱脂粉乳	うどん じゃが芋 精白米 新玄 白ゴマ	玉ねぎ ねぎ バナナ
13	麦ごはん ひきわり納豆 切干大根と豚肉の炒め煮 青菜のすまし汁 パイン缶	野菜ハイハイ ぜんざい アンパンマンせんべい 麦茶	ひきわり納豆 刻みのり 豚肉 油揚げ	精白米 強化麦 金時豆 アンパンマン せんべい	ねぎ 人参 切干大根 もやし ピーマン Hコーン缶 ほうれん草 パイン缶	27	胚芽パン ハンバーグ ポテトサラダ 春雨スープ パイン缶	野菜ハイハイ わかめおにぎり(Fe) スキムミルク	ハンバーグ ツナ缶 わかめふりかけ 脱脂粉乳	胚芽パン じゃが芋 春雨 精白米 新玄 白ゴマ	人参 きゅうり レーズン 玉ねぎ 人参 白菜 パイン缶
14	あわごはん 魚のから揚げ(ほき) しゃきしゃき炒め なめこ汁 ネーブル	バナナ ミニクリームパン スキムミルク	白身魚(ほき) 豚肉 卵 竹小町 絹ごし豆腐 脱脂粉乳	精白米 あわ 米粉 片くり粉	糸こんにやく もやし ごぼう 人参 なめこ水 煮 ねぎ ネーブル	28	あわごはん 白身魚フライ ブロッコリーひじきチャンプル ゆし豆腐 ネーブル	バナナ アンパンマンせんべい フルーツヨーグルト	白身魚フライ ツナ缶 干ひじき ゆし豆腐 Pヨーグルト	精白米 あわ アンパンマン せんべい	ブロッコリー キャベツ 人参しめじ 玉ねぎ ねぎネーブル バナナ みかん缶
15	ツナトマトスパゲティ グリーンサラダ コーンスープ バナナ	マンナビスケット ごま塩おにぎり(Fe) スキムミルク	ツナ缶 脱脂粉乳	スパゲティ 精白米 新玄 黒ゴマ	人参 玉ねぎ しめじ ピーマン トマト缶 きゅうり ブロッコリー コーン缶 バナナ	29	豚丼(Fe) キャベツの昆布あえ 油揚げのみそ汁 バナナ	マンナビスケット シュークリーム スキムミルク	豚肉 刻みのり 塩昆布 油揚げ わかめ 脱脂粉乳	精白米 新玄 シュークリー ム	長ねぎ 糸こんにやく 玉ねぎ 人参しめじ キャベツ きゅうり ねぎバナナ
16	おべんとう会	マンナウエハース サーターアンダギー スキムミルク	卵 脱脂粉乳	サーターア ンダギーミッ クス	バナナ	30	ごはん レバーフライ きんぴらごぼう コーンスープ ネーブル	バナナ ミニパンケーキ スキムミルク	レバーフライ 竹小町 脱脂粉乳	精白米 白ゴマ ミニパン ケーキ	にんにく サラダ菜 ごぼう人参 糸こんにやく GPLめじ Hコーン缶 玉ねぎニラ ネーブル
17	キーマカレー(Fe) 春雨サラダ(ツナ) 豆腐のすまし汁 ネーブル	バナナ ショートブレッド スキムミルク	鶏ひき肉 ツナ缶 わかめ 絹ごし豆腐 脱脂粉乳	精白米 新玄 じゃが芋 カレーうどん 春雨 小麦粉	人参 玉ねぎ GP トマト缶 もやし きゅうり ねぎ ネーブル	31	もずくどんぶり(Fe、コーン) ほうれん草のおかかあえ 豆腐のみそ汁 パイン缶	マンナウエハース なかよしパン スキムミルク	もずく 豚ひき肉 花かつお 豆腐 わかめ 脱脂粉乳	精白米 新玄 片くり粉 なかよしパン	しょうが ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 ほうれん草 白菜 ねぎ パイン缶

★ 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実施しています。

★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 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。