



給食こんだて



社会福祉法人ワリヤ福祉会

いちごえ保育園 分園

令和3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。

(作成者) 栄養士 野原正子

日	献立名	おやつ 午前(0~1歳児) 午後(1~4歳児)	おもな材料(屋食)			日	献立名	おやつ 午前(0~1歳児) 午後(1~4歳児)	おもな材料(屋食)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
2	ごはん(強化米入り) 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ワカロニサラダ みそ汁 ネーグル	バナナ・ミルク オートミールスナック	豚もも肉 千ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	豚もも肉 豆腐 竹小町 鶏もも肉	豚もも肉 豆腐 竹小町 鶏もも肉	2	スバゲイミートソース ブロッコリー ゴマじやが とうがん汁 バナナ	バナナ・ミルク しらすおにぎり ミルク	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
3	クアアジュシー さばのみそ焼き 切干大根のイリチー もずくスープ スイカ	バナナ・ミルク ココア蒸しパン ミルク	ツナ缶 さば 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	3	おばんどう会	バナナ・ミルク オートミールクッキー ミルク	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
4	沖繩そば かぼちまの煮物 キャベツのツチあえ ネーグル	バナナ・ミルク みそおにぎり ミルク	ツナ缶 さば 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	4	ごはん(強化米入り) さばのみそ焼き きんぴらごぼう ブロッコリー すまし汁 メロン	バナナ・ミルク ヨーグルト入りスコーン ミルク	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
5	ラーズンごはん 豆腐ハンバーグ ほうれん草炒め 鶏肉汁 ネーグル	バナナ・ミルク 黒糖アガラサー ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 竹小町 鶏もも肉	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	5	黒米ごはん 魚の照り焼き 春雨の中華炒め 春雨の中 みそ汁 スイカ	バナナ・ミルク 揚げパン ミルク	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
6	黒米ごはん 魚の燻天がら 人参シリシリ スイカツクきゅうり みそ汁 バナナ	バナナ・ミルク シナモントースト ミルク	白身魚 ツナ缶 わかめ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	6	キーマカレー(夏野菜) きゅうりの甘酢あえ コーンスープ ネーグル	バナナ・ミルク ウエイハース ミルク	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
7	豚肉のみそどんぶり キャベツのツチあえ ゆし豆腐 ネーグル	バナナ・ミルク ふかし芋 ミルク	豚もも肉 ツナ缶 ゆし豆腐 あおき	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	7	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
10	キーマカレー(夏野菜) きゅうりの甘酢あえ コーンスープ ネーグル	バナナ・ミルク ウエイハース ミルク	豚もも肉 ツナ缶 ゆし豆腐 あおき	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	10	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
11	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	豚もも肉 ツナ缶 ゆし豆腐 あおき	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	11	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
12	麻婆なす パンデキンスラダ みそ汁 スイカ	バナナ・ミルク ミニトマト ミルク	豆腐 豚ひき肉 わかめ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	12	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
13	のりごはん(強化米入り) 西京焼き 厚揚げの中華煮 そうめん汁 バナナ	バナナ・ミルク フランスパン (ジャム) ミルク	豆腐 豚ひき肉 わかめ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	13	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
14	ハヤシライス(ささみ) ステーキきゅうり コーンスープ ネーグル	バナナ・ミルク コッペパン ミルク	鶏ささみ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	14	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
16	豚井 フライングポテト 春雨スープ ネーグル	バナナ・ミルク ハースデーケーキ ミルク	豚肩ロース 鶏ささみ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	16	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス
17	黒米ごはん 揚げ魚のケチャップあん ゴーヤーチャンプルー みそ汁 スイカ	バナナ・ミルク 人参クラッカー 固形ヨーグルト	白身魚 豆腐 ●期 わかめ	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	豚三枚肉 かぼちま ツナ缶	17	ローレンパン 鶏肉のさつぱり煮 ポテトのマヨネーズ焼き ミネストローネ ネーグル	バナナ・ミルク アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ	スバゲイ じゃが芋 白すりこ たまご トマト、セロリ ピーマン ブロッコリー とうがん バナナ	ごはん 人参 糸こんにゃく ほうしめじ ブロッコリー たけのこ シラス

- ★ 材料、行事、新型コロナウイルス感染症の状況に応じて、献立を変更することがあります。
- ★ 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。
- ★ 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(厚生労働省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。

