

2024年度



# 幼児食献立表



日付	献立名	材料名	おやつ (◎朝おやつ ☆午後おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
2月	ごはん 牛肉のしぐれ煮 のりじゃが わかめのみそ汁	牛乳/ミニどうぶつビスケット/米/牛もも肉 しょうが 食塩 こしょう 糸こんにゃく たまねぎ にんじん 赤ピーマン 白ねぎ 植物油 かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油/じゃがいも ごま油 食塩 青のり粉/油揚げ カットわかめ たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 みそ/牛乳/小麦粉 黒ごま 上白糖 植物油 食塩	◎牛乳 ミニどうぶつビスケット ☆牛乳 黒ごまちゃんすこう	517(509) 17.3(17.5) 18.1(18.8) 5.5(4.4)
3火	ごはん ふりかけ鉄之助(かつお) カレーの漬け焼き れんこんとちくわの炒め物 ゆばのすまし汁	牛乳/ぶくっとコーンしお味/米/ふりかけ鉄之助(かつお)/カラスガレイ 酒 みりん 上白糖 濃口醤油/ちくわ れんこん にんじん いんげん 植物油 上白糖 濃口醤油/干し湯葉 たまねぎ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩 青ねぎ/牛乳/バナナ/源氏パイ/おととと	◎牛乳 ぶくっとコーンしお味 ☆牛乳 バナナ源氏パイおととと	544(456) 34.5(25.8) 15.8(13.9) 2.4(1.8)
4水	ごはん 鶏肉のパン粉焼き ツナサラダ ABCスープ	牛乳/ミニ野菜スティック/米/鶏もも肉 食塩 こしょう パン粉 カレー粉 植物油/ツナ油漬缶 だいこん きゅうり にんじん マヨドレ 濃口醤油 食塩 こしょう/マカロニ たまねぎ はくさい にんじん とりがらスープ コンソメ 食塩 こしょう/牛乳/小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 植物油 調製豆乳 いちごジャム	◎牛乳 ミニ野菜スティック ☆牛乳 いちご蒸しパン	522(495) 20.0(19.3) 15.3(16.7) 2.7(2.1)
5木	ごはん たらほイル焼き かぼちゃのそぼろあんかけ ごぼうのみそ汁	牛乳/ふんわりコーン/米/たら 食塩 たまねぎ にんじん ピーマン 植物油 濃口醤油/かぼちゃ 鶏ひき肉 植物油 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 片栗粉/木綿豆腐 たまねぎ にんじん ごぼう かつお・昆布だし汁 みそ 青ねぎ/牛乳/りんご/ビスコ/元氣カリポテミニ	◎牛乳 ふんわりコーン ☆牛乳 りんごビスコカリポテミニ	463(424) 20.1(18.8) 10.4(11.9) 4.0(3.2)
6金	ごはん 豚肉の焼肉風 もやしとにらのあえもの ワンタンスープ	牛乳/1才からのサッポロポテト/米/豚もも肉 しょうが キャベツ たまねぎ にんじん 植物油 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 みそ 白ごま/もやし にら にんじん 上白糖 濃口醤油 ごま油/ワンタンの皮 ハム たまねぎ にんじん 白ねぎ 干しいたけ とりがらスープ 薄口醤油 食塩/牛乳/フライドポテト なたね油 食塩	◎牛乳 1才からのサッポロポテト ☆牛乳 フライドポテト	502(444) 18.1(17.1) 17.9(17.1) 4.0(3.1)
7土	ミートスパゲティ 野菜スープ みかんゼリー(鉄)	牛乳/ハイハイ/スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 植物油 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース 上白糖 食塩 こしょう/じゃがいも たまねぎ にんじん しめじ ホールコーン缶 コンソメ 食塩 こしょう/みかんゼリー(鉄)/牛乳/まあるいクラッカーミニ/星たべよ	◎牛乳 ハイハイ ☆牛乳 まあるいクラッカーミニ星たべよ	617(440) 26.0(18.5) 25.4(16.7) 5.1(4.1)
9月	ごはん ティアボラ風チキン ほうれん草とコーンの炒め物 豆乳スープ	牛乳/ミニどうぶつビスケット/米/鶏もも肉 酒 にんにく たまねぎ 酒 みりん 上白糖 濃口醤油/ハム ほうれん草 にんじん ホールコーン缶 食塩 こしょう 植物油/キャベツ たまねぎ にんじん 調製豆乳 コンソメ 食塩 こしょう/牛乳/ホットケーキ粉 上白糖 調製豆乳 グラニュー糖	◎牛乳 ミニどうぶつビスケット ☆牛乳 スコーン	424(435) 19.4(19.1) 10.7(12.9) 2.2(1.8)
10火	ごはん ホキの西京焼き ひじきの煮物 はくさいのすまし汁	牛乳/ぶくっとコーンしお味/米/ホキ 酒 みりん 上白糖 白みそ/ちくわ ひじき にんじん 干しいたけ えだまめ かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油/はくさい たまねぎ にんじん だいこん かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩 青ねぎ/牛乳/みかん/たべっ子どうぶつ パター味/野菜スティック	◎牛乳 ぶくっとコーンしお味 ☆牛乳 みかんたべっ子どうぶつ パター野菜スティック	459(428) 18.7(17.7) 11.5(12.3) 2.9(2.4)
11水	ごはん 肉じゃが ごぼうの天ぷら 油揚げのみそ汁	牛乳/ミニ野菜スティック/米/牛もも肉 じゃがいも 糸こんにゃく たまねぎ にんじん いんげん 植物油 かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 食塩 濃口醤油/ごぼう 食塩 小麦粉 なたね油/油揚げ たまねぎ にんじん 白ねぎ みそ かつお・昆布だし汁/牛乳/食パン きな粉 グラニュー糖 無塩バター	◎牛乳 ミニ野菜スティック ☆牛乳 きなこトースト	575(538) 21.2(20.2) 18.2(19.0) 8.7(7.0)
12木	ごはん さばの煮つけ 豆腐チャンプルー かぶのみそ汁	牛乳/ふんわりコーン/米/さば 酒 かつお・昆布だし汁 しょうが 上白糖 みりん 濃口醤油/豚ばら肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ もやし ごま油 濃口醤油 食塩 こしょう 青ねぎ/かぶ かぶ・葉 たまねぎ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩/牛乳/国産ももゼリー/英字ビスケット/元氣とうもろこしあられ	◎牛乳 ふんわりコーン ☆牛乳 国産ももゼリー英字ビスケット元氣とうもろこしあられ	509(478) 20.3(19.1) 18.0(18.4) 2.5(2.1)
13金	ごはん 八宝菜 キャベツの中華サラダ 中華スープ	牛乳/1才からのサッポロポテト/米/豚もも肉 はくさい たまねぎ にんじん 干しいたけ 黒きくらげ 植物油 とりがらスープ 酒 上白糖 食塩 濃口醤油 片栗粉/ちりめんじゃこ キャベツ きゅうり 上白糖 酢 濃口醤油 ごま油 白ごま/ハム たまねぎ にんじん 白ねぎ とりがらスープ 濃口醤油 食塩 ごま油/牛乳/無塩バター マシュマロ コーンフレーク 干しぶどう	◎牛乳 1才からのサッポロポテト ☆牛乳 オートミールスナック	507(457) 17.9(17.1) 17.7(17.4) 2.8(2.2)
14土	わかめうどん 大根と厚揚げの煮物 バナナ	牛乳/ハイハイ/干しうどん 鶏もも肉 カットわかめ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みりん 食塩 薄口醤油/厚揚げ だいこん にんじん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 上白糖 青ねぎ/バナナ/牛乳/元氣水族館のなかまたち/おから入り揚げあられ	◎牛乳 ハイハイ ☆牛乳 元氣水族館のなかまたちおから入り揚げあられ	549(379) 24.6(17.5) 20.8(13.1) 3.0(2.3)



日付	献立名	材料名	おやつ (◎朝おやつ ☆午後おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
16月	ハヤシライス れんごんのマリネ バナナ	牛乳/ミニどうぶつビスケット/米 牛もも肉 たまねぎ にんじん しめじ 植物油 ハヤシルウ 調製豆乳/れんごん にんじん オリブ油 上白糖 酢 食塩 こしょう パセリ粉/バナナ/ほうじ茶/米 かつお節 濃口醤油	◎牛乳 ミニどうぶつビスケット ☆お茶 おかおかにぎり	531(512) 15.8(16.1) 13.6(15.1) 2.9(2.3)
17火	ごはん 鶏肉の照り焼き 五目豆 だいごんのすまし汁	牛乳/ぶくっとコーンしお味/米/鶏もも肉 濃口醤油 かつお・昆布だし汁 上白糖 濃口醤油 片栗粉/だいす 板こんにゃく にんじん ごぼう いんげん かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油 /だいごん たまねぎ にんじん はくさい かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩/牛乳/りんご/源氏パイ/おととと	◎牛乳 ぶくっとコーンしお味 ☆牛乳 りんご 源氏パイ おととと	497(431) 31.7(23.9) 15.9(14.2) 2.5(2.1)
18水	わかめごはん 鮭のフライ 切干し大根のサラダ コーンスープ	牛乳/ミニ野菜スティック/米 炊き込みわかめ/さけ 食塩 こしょう 小麦粉 パン粉 なたね油 たまねぎ マヨドレ 上白糖 レモン果汁 パセリ粉/ツナ油漬缶 切干し大根 きゅうり にんじん 上白糖 酢 濃口醤油/クリームコーン缶 ホールコーン缶 たまねぎ 調製豆乳 コンソメ 食塩 こしょう/りんご濃縮果汁/ホットケーキ粉 上白糖 調製豆乳 マーメレード みかん缶 生クリーム 上白糖	◎牛乳 ミニ野菜スティック ☆りんご ジュース オレンジケーキ 	605(554) 20.1(18.9) 12.3(14.1) 3.8(3.0)
19木	ごはん たらの和風あんかけ ブロッコリーのごまあえ 厚揚げのみそ汁	牛乳/ふんわりコーン/米/たら しょうが 酒 たまねぎ にんじん しいたけ かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油 片栗粉/ブロッコリー にんじん 上白糖 みりん 濃口醤油 白ごま/厚揚げ たまねぎ にんじん かぼちゃ かつお・昆布だし汁 みそ 青ねぎ/牛乳/バナナ/ビスコ/元氣カリポテミニ	◎牛乳 ふんわりコーン ☆牛乳 バナナ ビスコ カリポテミニ	466(418) 20.1(18.7) 9.3(11.0) 4.4(3.4)
20金	ごはん 豚肉のしょうが焼き 揚げさといもの甘辛煮 こまつなのみそ汁	牛乳/1オからのサッポロポテト/米/豚もも肉 しょうが 食塩 こしょう たまねぎ にんじん ピーマン 植物油 かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油/さといも 片栗粉 なたね油 かつお・昆布だし汁 上白糖 みりん 濃口醤油/油揚げ こまつな えのきたけ にんじん 白ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ/牛乳/ウインナー 小麦粉 ホットケーキ粉 調製豆乳 なたね油	◎牛乳 1オからのサッポロポテト ☆牛乳 ミニアメリカンドッグ	608(538) 21.3(19.8) 23.2(21.8) 3.7(2.9)
21土	和風スパゲティ 鶏肉のスープ煮 マスカットゼリー (鉄)	牛乳/ハイハイ/スパゲティ ベーコン たまねぎ キャベツ にんじん しめじ 食塩 濃口醤油 こしょう/鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん かつお・昆布だし汁 濃口醤油 食塩 こしょう/マスカットゼリー (鉄) /牛乳/まあるいクラッカー/ミニ/星たべよ	◎牛乳 ハイハイ ☆牛乳 まあるいクラッカー-ミニ 星たべよ	603(428) 25.2(17.8) 25.0(16.4) 5.7(4.6)
23月	キャロットライス クリスピーチキン スパサラ じゃがいものスープ	牛乳/ぶくっとコーンしお味/米 食塩 コンソメ にんじん 植物油 食塩 こしょう コンソメ/鶏むね肉 食塩 こしょう 小麦粉 コンソメ なたね油/スパゲティ きゅうり にんじん ホールコーン缶 マヨドレ 濃口醤油 こしょう/じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー コンソメ 薄口醤油 食塩 こしょう/牛乳/コーンフレーク もも缶 みかん缶 いちご バナナ 生クリーム 上白糖 無塩バター グラニュー糖 小麦粉 バニラエッセンス	◎牛乳 ぶくっとコーンしお味 ☆牛乳 サンタさんパフェ 	504(475) 20.7(19.5) 13.8(14.9) 3.8(3.0)
24火	ごはん 麻婆豆腐 チンゲンサイとハムの中華あえ 卵とわかめのスープ	牛乳/ミニどうぶつビスケット/米/木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 干しいたけ しょうが にんにく 植物油 とりがらスープ 上白糖 濃口醤油 みそ 片栗粉 ごま油/ハム チンゲンサイ にんじん 上白糖 濃口醤油 ごま油/卵 カットわかめ たまねぎ にんじん 白ねぎ とりがらスープ 濃口醤油 食塩 ごま油/牛乳/バナナ/たべっ子どうぶつ バター味/野菜スティック	◎牛乳 ミニどうぶつビスケット ☆牛乳 バナナ たべっ子どうぶつ バター 野菜スティック	567(529) 19.5(19.0) 20.0(19.6) 3.5(2.7)
25水	ごはん ホキのバター醤油焼き エリンギの炒めもの ほうれんそうのすまし汁	牛乳/ミニ野菜スティック/米/ホキ 酒 食塩 こしょう 濃口醤油 無塩バター/エリンギ にんじん れんごん ピーマン ごま油 濃口醤油 食塩 こしょう/ほうれんそう たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩 青ねぎ/牛乳/パイ生地 グラニュー糖	◎牛乳 ミニ野菜スティック ☆牛乳 スティックパイ (シュガー)	460(445) 17.3(17.1) 17.2(18.2) 1.9(1.5)
26木	ごはん 厚揚げの五目煮 はくさいのじゃこドレッシングあえか ぼちゃとだいごのみそ汁	牛乳/ふんわりコーン/米/豚もも肉 酒 しょうが 片栗粉 厚揚げ にんじん 白ねぎ 干しいたけ かつお・昆布だし汁 みりん 上白糖 濃口醤油/ちりめんじゃこ ごま油 はくさい にんじん 上白糖 酢 濃口醤油 ごま油/かぼちゃ にんじん だいごん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ/アシドミルク/りんご/英字ビスケット/元氣とうもろこしあられ	◎牛乳 ふんわりコーン ☆アシドミルク りんご 英字ビスケット 元氣とうもろこしあられ	475(460) 17.8(17.5) 9.1(11.3) 4.3(3.6)
27金	ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう 和風春雨スープ	牛乳/1オからのサッポロポテト/米/さけ 食塩/牛もも肉 ごぼう にんじん いんげん ごま油 上白糖 濃口醤油 白ごま/はるさめ たまねぎ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 薄口醤油 食塩 青ねぎ/牛乳/みかん/エースコイン/ねじりんぼう	◎牛乳 1オからのサッポロポテト ☆牛乳 みかん エースコイン ねじりんぼう	465(428) 20.9(19.6) 12.6(13.3) 2.9(2.4)
28土	味噌ラーメン もやしの炒め物 バナナ	牛乳/ハイハイ/ゆで中華めん 豚もも肉 たまねぎ キャベツ にんじん ホールコーン缶 とりがらスープ みりん 濃口醤油 みそ こしょう/もやし にんじん 植物油 濃口醤油 食塩 こしょう/バナナ/牛乳/元氣水族館のなかまたち/おから入り揚げあられ	◎牛乳 ハイハイ ☆牛乳 元氣水族館のなかまたち おから入り揚げあられ	525(359) 21.9(15.3) 19.9(12.4) 5.0(4.0)

※食材の納入の都合により献立を変更する場合があります。 ※食べたことのない食材は必ず当日までにご家庭で試してみてください。

