



2024年12月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ☺の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲牛乳

日曜日	曜	食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
2月		鶏肉の揚げ煮 ツナサラダ かぼちゃの甘辛和え ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・小松菜・レモン果汁 かぼちゃ 玉ねぎ・ほうれん草	でん粉・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 砂糖 米	醤油・本みりん・和風だし 酢・塩・醤油 醤油 だし	星たべよ お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
3火		サバの味噌煮 細切昆布の煮物 揚げじゃが ごはん すまし汁	さば・赤みそ 油揚げ 豆腐	しょうが 細切昆布・人参・さやいんげん ドライパセリ わかめ	砂糖 油・砂糖 じゃが芋・油 米	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん 塩 だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	いちご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・いちごジャム・油 ▲牛乳	
4水	☺	ウインナーときのこのクリームパスタ キャベツとブロッコリーのサラダ ロールパン スープ ピーチゼリー	ウインナー・▲牛乳 豆腐	玉ねぎ・エリンギ・ドライパセリ キャベツ・ブロッコリー・人参 チンゲン菜・太もやし	マカロニ・オリーブ油・油 油・砂糖 ▲丸ロールパン	チキンコンソメ・▲クリームシチューミックス 酢・醤油 チキンコンソメ ピーチゼリー	かっぱえびせん お茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳	
5木		家常豆腐(ｼﾞｬｰﾌﾞﾗﾝﾄﾞ ｸﾞ) 春雨の中華和え ごはん 中華スープ フルーツ(パイン缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ 豆腐	人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・しょうが・にんにく コーン・赤ピーマン・きゅうり 白菜・わかめ パイン(缶詰)	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・醤油 中華だし・醤油・塩	星たべよ お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳	
6金		カレーライス ちくわと野菜のサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉 ちくわ 豆腐	玉ねぎ・人参 キャベツ・ほうれん草・コーン バナナ	米・じゃが芋・油 油・砂糖	カレーフレーク 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	きなこトースト 牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
7土		鶏肉と白菜のうどん もやしと胡瓜の酢の物 赤しそごはん	鶏肉 かつお節 豆腐	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・きゅうり	うどん・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 酢・醤油 ゆかり	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
9月		白身魚フライ 小松菜とキャベツのサラダ 里芋の煮物 ごはん 味噌汁	白身魚フライ 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ・人参 わかめ	油 油・砂糖 里芋・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・酢 和風だし・料理酒・醤油 だし	星たべよ お茶	昆布おにぎり 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
10火		冬野菜マーボー丼 さつま芋のあおさ焼 はるさめスープ フルーツ(黄桃缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 豆腐	しょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ あおさのり ほうれん草 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・油 緑豆春雨	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳	
11水		マーマレードチキン ちくわとチンゲン菜のサラダ 揚げかぼちゃ ごはん スープ	鶏肉 ちくわ 豆腐	チンゲン菜・キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・さやいんげん	油・マーマレード 油・砂糖 油 米	塩・醤油・本みりん 醤油・酢 塩 チキンコンソメ	かっぱえびせん お茶	りんごかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳	
12木		豚汁うどん うす揚げと小松菜の煮浸し ふりかけごはん フルーツ(みかん缶)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ 油揚げ 豆腐	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 小松菜・太もやし みかん(缶詰)	うどん 砂糖 米	だし・本みりん・醤油 醤油・本みりん・だし かつおふりかけ	星たべよ お茶	納豆お焼き 牛乳	米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳	
13金		豚肉と野菜のケチャップ炒め 揚げじゃが ごはん スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉 豆腐	玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン・エリンギ・コーン ドライパセリ 白菜・ほうれん草 りんご(缶詰)	油・砂糖 じゃが芋・油 米	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
14土		しらすチャーハン ナムル 汁ピーファン	しらす 豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ きゅうり・太もやし・赤ピーマン・にんにく わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油 ピーファン	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
16月		牛肉コロッケ キャベツと小松菜のごま和え 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・小松菜・人参 かぼちゃ わかめ	▲牛肉コロッケ・油 白ごま 油 米	醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	星たべよ お茶	ふんわりじんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
17火		チキンソテーアップルソース ピーンズサラダ マカロニのケチャップソテー ごはん スープ	鶏肉 大豆 豆腐	おろしりんご コーン・きゅうり・人参 玉ねぎ チンゲン菜・えのきたけ	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) マカロニ・油 米	塩・醤油・料理酒 塩 チキンコンソメ・トマトケチャップ チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
18	水	白身魚の煮付け 小松菜ともやしの和え物 がんもの煮物 ごはん 味噌汁	たら がんもどき 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・太もやし 人参・玉ねぎ	砂糖 砂糖 米	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし・醤油・料理酒 だし	かっぱえびせん お茶	人参きんぴらお焼き 牛乳	米・人参・油・砂糖 醤油・本みりん・白ごま・塩 ▲牛乳	
★	木	星のハンバーグ ほうれん草と白菜のサラダ ポテトフライ ツナピラフ スープ	ハンバーグ ツナフレーク	ほうれん草・白菜・人参 黄ピーマン・ピーマン 玉ねぎ・コーン	油 油・砂糖 ポテトフライ・油 米・油	トマトケチャップ・ウスターソース 醤油・酢 塩 チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ	星たべよ お茶	Xmas豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー ココアパウダー・油・豆腐・砂糖 パイン(缶詰)・みかん(缶詰)・粉糖 ▲牛乳	
20	金	ハヤシライス しらすと野菜のサラダ フルーツ(パイン缶)	牛肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ 太もやし・キャベツ・赤ピーマン パイン(缶詰)	米・油 砂糖・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳	
21	土	豚肉とごぼうのうどん ほうれん草と白菜のおかか和え 菜めしごはん	豚肉・さつま揚げ かつお節	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布 ほうれん草・白菜 菜めしの素	うどん 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
23	月	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え ひじき煮 ごはん 味噌汁	チキンボール 赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・小松菜・塩昆布 ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米	だし・醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 だし	星たべよ お茶	豚ねぎお焼き 牛乳	米・でん粉・醤油 豚ひき肉・青ねぎ・ごま油 ▲牛乳	
24	火	高野豆腐のそぼろ丼 キャベツともやしのお浸し 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	高野豆腐・豚ひき肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん キャベツ・太もやし・赤ピーマン チンゲン菜 りんご(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし	カルシウムせんべい お茶	オレンジバンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・オレンジジュース ▲牛乳	
25	水	サバの照焼 切干大根の煮物 じゃが芋のスープ煮 ごはん すまし汁	さば わかめ	切干大根・人参・グリーンピース ほうれん草・玉ねぎ	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 じゃが芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 チキンコンソメ だし・醤油・塩	かっぱえびせん お茶	青菜おにぎり 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳	
26	木	かぼちゃひき肉フライ マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー ごはん スープ	かぼちゃ挽肉フライ ウインナー 豆腐	ミックスベジタブル さやいんげん・玉ねぎ わかめ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズ(卵不使用) 油 米	 チキンコンソメ チキンコンソメ	星たべよ お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー きな粉・砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	
27	金	チキンカレー ブロッコリーサラダ フルーツ(みかん缶)	鶏肉 わかめ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン・コーン・レモン果汁 みかん(缶詰)	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
28	土	肉うどん 小松菜ともやしの梅風味和え わかめごはん	牛肉 わかめ	しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・小松菜・練り梅 わかめご飯の素	うどん・砂糖 米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・塩 醤油・本みりん・和風だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	

栄養価の平均 エネルギー448kcal たんぱく質13.5g 脂質12.7g カルシウム176mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は滋賀県産コシヒカリ・滋賀県産日本晴・京都丹後産コシヒカリを使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。





2024年12月度 きたばたけ保育園 1歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ☺の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲牛乳

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
2月	月	鶏肉の揚げ煮 ツナサラダ かぼちゃの甘辛和え ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・小松菜・レモン果汁 かぼちゃ 玉ねぎ・ほうれん草	でん粉・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 砂糖 米	醤油・本みりん・和風だし 酢・塩・醤油 醤油 だし	たべっ子ベイビー お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
3日	火	サバの味噌煮 細切昆布の煮物 揚げじゃが ごはん すまし汁	さば・赤みそ 油揚げ 豆腐	しょうが 細切昆布・人参・さやいんげん ドライパセリ わかめ	砂糖 油・砂糖 じゃが芋・油 米	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん 塩 だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	いちご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・いちごジャム・油 ▲牛乳	
4日	水	ウインナーときのこのクリームパスタ キャベツとブロッコリーのサラダ ロールパン スープ ピーチゼリー	ウインナー・▲牛乳 豆腐	玉ねぎ・エリンギ・ドライパセリ キャベツ・ブロッコリー・人参 チンゲン菜・太もやし	マカロニ・オリーブ油・油 油・砂糖 ▲丸ロールパン	チキンコンソメ・▲クリームシチューミックス 酢・醤油 チキンコンソメ ピーチゼリー	やわらかおかき お茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳	
5日	木	家常豆腐(ジャージャー豆腐) 春雨の中華和え ごはん 中華スープ フルーツ(パイン缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ 豆腐	人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・しょうが・にんにく コーン・赤ピーマン・きゅうり 白菜・わかめ パイン(缶詰)	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・醤油 中華だし・醤油・塩	たべっ子ベイビー お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳	
6日	金	カレーライス ちくわと野菜のサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉 ちくわ 豆腐	玉ねぎ・人参 キャベツ・ほうれん草・コーン バナナ	米・じゃが芋・油 油・砂糖	カレーフレーク 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	きなこトースト 牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
7日	土	鶏肉と白菜のうどん もやしと胡瓜の酢の物 赤しそごはん	鶏肉 かつお節 豆腐	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・きゅうり	うどん・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 酢・醤油 ゆかり	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
9日	月	白身魚フライ 小松菜とキャベツのサラダ 里芋の煮物 ごはん 味噌汁	白身魚フライ 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ・人参 わかめ	油 油・砂糖 里芋・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・酢 和風だし・料理酒・醤油 だし	たべっ子ベイビー お茶	昆布おにぎり 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
10日	火	冬野菜マーボー丼 さつま芋のあおさ焼 はるさめスープ フルーツ(黄桃缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 豆腐	しょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ あおさのり ほうれん草 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・油 緑豆春雨	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳	
11日	水	マーマレードチキン ちくわとチンゲン菜のサラダ 揚げかぼちゃ ごはん スープ	鶏肉 ちくわ 豆腐	チンゲン菜・キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・さやいんげん	油・マーマレード 油・砂糖 油 米	塩・醤油・本みりん 醤油・酢 塩 チキンコンソメ	やわらかおかき お茶	りんごかん 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳	
12日	木	豚汁うどん うす揚げと小松菜の煮浸し ふりかけごはん フルーツ(みかん缶)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ 油揚げ 豆腐	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 小松菜・太もやし みかん(缶詰)	うどん 砂糖 米	だし・本みりん・醤油 醤油・本みりん・だし かつおふりかけ	たべっ子ベイビー お茶	納豆お焼き 牛乳	米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳	
13日	金	豚肉と野菜のケチャップ炒め 揚げじゃが ごはん スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉 豆腐	玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン・エリンギ・コーン ドライパセリ 白菜・ほうれん草 りんご(缶詰)	油・砂糖 じゃが芋・油 米	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
14日	土	しらすチャーハン ナムル 汁ピーファン	しらす 豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ きゅうり・太もやし・赤ピーマン・にんにく わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油 ピーファン	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
16日	月	牛肉コロッケ キャベツと小松菜のごま和え 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	牛肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・小松菜・人参 かぼちゃ わかめ	▲牛肉コロッケ・油 白ごま 油 米	醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	たべっ子ベイビー お茶	ふわふわにんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
17日	火	チキンソテーアップルソース ピーンズサラダ マカロニのケチャップソテー ごはん スープ	鶏肉 大豆 豆腐	おろしりんご コーン・きゅうり・人参 玉ねぎ チンゲン菜・えのきたけ	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) マカロニ・油 米	塩・醤油・料理酒 塩 チキンコンソメ・トマトケチャップ チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
18	水	白身魚の煮付け 小松菜ともやしの和え物 がんもの煮物 ごはん 味噌汁	たら がんもどき 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・太もやし 人参・玉ねぎ	砂糖 砂糖 米	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし・醤油・料理酒 だし	やわらかおかき お茶	人参きんぴらお焼き 牛乳	米・人参・油・砂糖 醤油・本みりん・白ごま・塩 ▲牛乳	
★	19	木	星のハンバーグ ほうれん草と白菜のサラダ ポテトフライ ツナピラフ スープ	ハンバーグ ツナフレーク	ほうれん草・白菜・人参 黄ピーマン・ピーマン 玉ねぎ・コーン	油 油・砂糖 ポテトフライ・油 米・油	トマトケチャップ・ウスターソース 醤油・酢 塩 チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ	たべっ子ベイビー お茶	Xmas豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー ココアパウダー・油・豆腐・砂糖 パイン(缶詰)・みかん(缶詰)・粉糖 ▲牛乳
20	金	ハヤシライス しらすと野菜のサラダ フルーツ(パイン缶)	牛肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ 太もやし・キャベツ・赤ピーマン パイン(缶詰)	米・油 砂糖・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳	
21	土	豚肉とごぼうのうどん ほうれん草と白菜のおかか和え 菜めしごはん	豚肉・さつま揚げ かつお節	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布 ほうれん草・白菜 菜めしの素	うどん 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
23	月	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え ひじき煮 ごはん 味噌汁	チキンボール 赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・小松菜・塩昆布 ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米	だし・醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 だし	たべっ子ベイビー お茶	豚ねぎお焼き 牛乳	米・でん粉・醤油 豚ひき肉・青ねぎ・ごま油 ▲牛乳	
24	火	高野豆腐のそぼろ丼 キャベツともやしのお浸し 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	高野豆腐・豚ひき肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん キャベツ・太もやし・赤ピーマン チンゲン菜 りんご(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし	カルシウムせんべい お茶	オレンジバンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・オレンジジュース ▲牛乳	
25	水	サバの照焼 切干大根の煮物 じゃが芋のスープ煮 ごはん すまし汁	さば 豆腐	切干大根・人参・グリーンピース わかめ	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 じゃが芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 チキンコンソメ だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	青菜おにぎり 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳	
26	木	かぼちゃひき肉フライ マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー ごはん スープ	かぼちゃ挽肉フライ ウインナー 豆腐	ミックスベジタブル さやいんげん・玉ねぎ わかめ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	チキンコンソメ チキンコンソメ	たべっ子ベイビー お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー きな粉・砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	
27	金	チキンカレー ブロッコリーサラダ フルーツ(みかん缶)	鶏肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン・コーン・レモン果汁 みかん(缶詰)	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
28	土	肉うどん 小松菜ともやしの梅風味和え わかめごはん	牛肉	しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・小松菜・練り梅 わかめご飯の素	うどん・砂糖 米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・塩 醤油・本みりん・和風だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	

栄養価の平均 エネルギー448kcal たんぱく質13.5g 脂質12.7g カルシウム184mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は滋賀県産コシヒカリ・滋賀県産日本晴・京都丹後産コシヒカリを使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。





2024年12月度 きたばたけ保育園 完了期メニュー(12~18か月頃)

★の日はお誕生日会 ☺の日はお楽しみメニュー



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
2月	鶏肉の煮物 ツナサラダ かぼちゃの甘辛和え 軟飯 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・小松菜・レモン果汁 かぼちゃ 玉ねぎ・ほうれん草	砂糖 砂糖・オリーブ油 砂糖 米	醤油・本みりん・和風だし 酢・塩・醤油 醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
3火	白身魚の味噌煮 細切昆布の煮物 揚げじゃが 軟飯 すまし汁	かれい・赤みそ 油揚げ 豆腐	しょうが 細切昆布・人参・さやいんげん ドライパセリ わかめ	砂糖 油・砂糖 じゃが芋・油 米	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん 塩 だし・醤油・塩	ハッピーせんべい お茶	いちご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・いちごジャム・油 ▲牛乳	
4水	ウインナーときのこのクリームパスタ キャベツとブロッコリーのサラダ ロールパン スープ ピーチゼリー	ウインナー・▲牛乳	玉ねぎ・エリンギ・ドライパセリ キャベツ・ブロッコリー・人参 チンゲン菜・太もやし	マカロニ・オリーブ油・油 油・砂糖 ▲丸ロールパン	チキンコンソメ・▲クリームシチューミックス 酢・醤油 チキンコンソメ ピーチゼリー	野菜ハイハイ お茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳	
5木	家常豆腐(ジャージャー豆腐) 春雨の中華和え 軟飯 中華スープ フルーツ(パイン缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・しょうが・にんにく コーン・赤ピーマン・きゅうり 白菜・わかめ パイン(缶詰)	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・醤油 中華だし・醤油・塩	ハッピーせんべい お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳	
6金	肉じゃが ちくわと野菜のサラダ 軟飯 スープ	牛肉 ちくわ	玉ねぎ・人参 キャベツ・ほうれん草・コーン ブロッコリー	じゃが芋・砂糖 油・砂糖 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	きなこトースト 牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
7土	鶏肉と白菜のうどん もやしと胡瓜の酢の物 軟飯	鶏肉 かつお節	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・きゅうり	うどん・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 酢・醤油	ハッピーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶	
9月	白身魚の煮付け 小松菜とキャベツのサラダ 里芋の煮物 軟飯 味噌汁	かれい 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・キャベツ・人参 わかめ	砂糖 油・砂糖 里芋・砂糖 米 おつゆ麩	だし・醤油・料理酒 醤油・酢 和風だし・料理酒・醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	昆布お焼き 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
10火	冬野菜マーボー丼 さつま芋のあおさ焼 はるさめスープ フルーツ(黄桃缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ あおさのり ほうれん草 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・油 緑豆春雨	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	ハッピーせんべい お茶	バナナ 野菜ハイハイ 牛乳	バナナ 野菜ハイハイ ▲牛乳	
11水	マーマレードチキン ちくわとチンゲン菜のサラダ 揚げかぼちゃ 軟飯 スープ	鶏肉 ちくわ	チンゲン菜・キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・さやいんげん	油・マーマレード 油・砂糖 油 米	塩・醤油・本みりん 醤油・酢 塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	りんごかん ハッピーせんべい 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ハッピーせんべい ▲牛乳	
12木	豚汁うどん うす揚げと小松菜の煮浸し 軟飯 フルーツ(みかん缶)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ 油揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 小松菜・太もやし みかん(缶詰)	うどん 砂糖 米	だし・本みりん・醤油 醤油・本みりん・だし	ハッピーせんべい お茶	納豆お焼き 牛乳	米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳	
13金	豚肉と野菜のケチャップ炒め 揚げじゃが 軟飯 スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉	玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン・エリンギ・コーン ドライパセリ 白菜・ほうれん草 りんご(缶詰)	油・砂糖 じゃが芋・油 米	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
14土	しらすチャーハン ナムル 汁ピーファン	しらす	チンゲン菜・玉ねぎ きゅうり・太もやし・赤ピーマン・にんにく わかめ	米・油 白ごま・砂糖・ごま油 ピーファン	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	ハッピーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶	
16月	マッシュポテト キャベツと小松菜のごま和え 焼かぼちゃ 軟飯 味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・小松菜・人参 かぼちゃ わかめ	▲マッシュポテト・油 白ごま 油 米	醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	野菜ハイハイ お茶	ふんわりじんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
17火	チキンソテーアップルソース ピーンズサラダ マカロニのケチャップソテー 軟飯 スープ	鶏肉 大豆	おろしりんご コーン・きゅうり・人参 玉ねぎ チンゲン菜・えのきたけ	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) マカロニ・油 米	塩・醤油・料理酒 塩 チキンコンソメ・トマトケチャップ チキンコンソメ	ハッピーせんべい お茶	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	

日曜日 曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
18 水	白身魚の煮付け 小松菜ともやしの和え物 がんもの煮物 軟飯 味噌汁	たら がんもどき 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・太もやし 人参・玉ねぎ	砂糖 砂糖 米	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし・醤油・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	人参きんぴらお焼き 牛乳	米・人参・油・砂糖 醤油・本みりん・白ごま・塩 ▲牛乳	
★ 19 木	星のハンバーグ ほうれん草と白菜のサラダ ポテトフライ 軟飯 スープ	ハンバーグ スープ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・コーン	油 油・砂糖 ポテトフライ・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 醤油・酢 塩 チキンコンソメ	ハッピーせんべい お茶	Xmas豆腐ブラウニー 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー ココアパウダー・油・豆腐・砂糖 ハイン(缶詰)・みかん(缶詰)・粉糖	
20 金	ハヤシライス しらすと野菜のサラダ フルーツ(ハイン缶)	牛肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ 太もやし・キャベツ・赤ピーマン ハイン(缶詰)	米・油 砂糖・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 酢・醤油	野菜ハイハイ お茶	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳	
21 土	豚肉とごぼうのうどん ほうれん草と白菜のおかか和え 軟飯	豚肉・さつま揚げ かつお節	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布 ほうれん草・白菜	うどん 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	ハッピーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶	
23 月	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え ひじき煮 軟飯 味噌汁	チキンボール 味噌汁	しょうが 白菜・小松菜・塩昆布 ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米	だし・醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	豚ねぎお焼き 牛乳	米・でん粉・醤油 豚ひき肉・青ねぎ・ごま油 ▲牛乳	
24 火	高野豆腐のそぼろ丼 キャベツともやしのお浸し 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	高野豆腐・豚ひき肉 味噌汁	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん キャベツ・太もやし・赤ピーマン チンゲン菜 りんご(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・和風だし だし	ハッピーせんべい お茶	オレンジパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・オレンジジュース ▲牛乳	
25 水	白身魚の照焼 切干大根の煮物 じゃが芋のスープ煮 軟飯 すまし汁	かれい すまし汁	切干大根・人参・グリーンピース ほうれん草・玉ねぎ	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 じゃが芋 米	醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 チキンコンソメ だし・醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	青菜お焼き 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳	
26 木	マッシュパンプキン マカロニサラダ ウインナーと野菜のソテー 軟飯 スープ	マッシュパンプキン ウインナー 豆腐	ミックスベジタブル さやいんげん・玉ねぎ わかめ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	 チキンコンソメ チキンコンソメ	ハッピーせんべい お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー きな粉・砂糖・豆乳・油 ▲牛乳	
27 金	鶏じゃが ブロッコリーサラダ 軟飯 スープ	鶏肉 スープ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン・コーン・レモン果汁 大根・人参	じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
28 土	肉うどん 小松菜ともやしの梅風味和え 軟飯	牛肉 軟飯	しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布 太もやし・小松菜・練り梅	うどん・砂糖 米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・塩 醤油・本みりん・和風だし	ハッピーせんべい お茶	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ ほうじ茶	

栄養価の平均 エネルギー362kcal たんぱく質11.6g 脂質9.8g カルシウム145mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は滋賀県産コシヒカリ・滋賀県産日本晴・京都丹後産コシヒカリを使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。





アレルギー表示

●卵 ▲乳

2024年12月度 きたばたけ保育園 後期メニュー(9~11か月頃)



日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
2月		鶏肉とキャベツの磯煮 小松菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・あおさのり 小松菜・人参 かぼちゃ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	しらす入り5倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶	
3火		白身魚とほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	ほうれん草 玉ねぎ・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
4水		鶏ささみと野菜のうどん キャベツの煮浸し チンゲン菜とパプリカの煮浸し	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 キャベツ チンゲン菜・黄パプリカ	うどん・でん粉	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
5木		白身魚と野菜の煮物 白菜の煮物 5倍がゆ スープ	たら	ピーマン・玉ねぎ 白菜 小松菜・人参	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	あおさじゃが お茶	じゃが芋 あおさのり ほうじ茶	
6金		鶏肉と野菜のとう煮 キャベツとほうれん草の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 キャベツ・ほうれん草 ブロッコリー	じゃが芋・でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶	
9月		白身魚とキャベツの煮物 小松菜と玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ スープ	かれい	キャベツ 小松菜・玉ねぎ 人参	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	しらす入り5倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶	
10火		豆腐と野菜の煮物 さつま芋の磯煮 5倍がゆ スープ	豆腐	大根・人参 あおさのり ほうれん草・玉ねぎ	でん粉 さつま芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
11水		鶏ささみと野菜の煮物 チンゲン菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	かぼちゃ・玉ねぎ チンゲン菜・人参 キャベツ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	じゃが芋のミルク煮 お茶	じゃが芋 ▲スキムミルク ほうじ茶	
12木		豆腐と野菜のうどん 大根の煮物 人参と小松菜の煮物	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ 大根 人参・小松菜	うどん・でん粉	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
13金		鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ほうれん草・玉ねぎ 白菜・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
16月		豆腐とかぼちゃの煮物 玉ねぎと人参の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ・人参 キャベツ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこ入り5倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶	
17火		鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	りんごのコンポート 野菜ハイハイ お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイ ほうじ茶	

日曜日 曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
18 水	白身魚と野菜の煮物 さつまいもの煮物 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・小松菜 人参	でん粉 さつまいも 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	人参入り5倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶	
19 木	豆腐と野菜の煮物 玉ねぎとほうれん草の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	カリフラワー・人参 玉ねぎ・ほうれん草 白菜	でん粉 米 じゃが芋	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
20 金	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎと人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 玉ねぎ・人参 大根・青ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
23 月	鶏肉と小松菜の煮物 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	小松菜 白菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
24 火	鶏ささみと野菜の煮物 さつまいもの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 さつまいも 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	りんごのコンポート 野菜ハイハイ お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイ ほうじ茶	
25 水	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・ほうれん草 白菜・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこ入り5倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶	
26 木	鶏肉と野菜の煮物 人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・黄パプリカ 人参 小松菜	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつまいも お茶	さつまいも ほうじ茶	
27 金	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 玉ねぎ 大根・人参	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	

栄養価の平均 エネルギー149kcal たんぱく質7.7g 脂質1.3g カルシウム91mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

*そば・落花生の入った食材は使用していません。
*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*お米は滋賀県産コシヒカリ・滋賀県産日本晴・京都丹後産コシヒカリを使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。





2024年12月度 きたばたけ保育園 中期メニュー(7~8か月頃)

アレルギー表示

●卵 ▲乳



日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
2月		鶏肉とキャベツの磯煮 小松菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・あおさのり 小松菜・人参 かぼちゃ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	しらす入り7倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶	
3火		白身魚とほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	ほうれん草 玉ねぎ・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
4水		鶏ささみと野菜のうどん キャベツの煮浸し チンゲン菜とパプリカの煮浸し	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 キャベツ チンゲン菜・黄パプリカ	うどん・でん粉	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り7倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
5木		白身魚と野菜の煮物 白菜の煮物 7倍がゆ スープ	たら	ピーマン・玉ねぎ 白菜 小松菜・人参	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	あおさじゃが お茶	じゃが芋 あおさのり ほうじ茶	
6金		鶏肉と野菜のとう煮 キャベツとほうれん草の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 キャベツ・ほうれん草 ブロッコリー	じゃが芋・でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶	
9月		白身魚とキャベツの煮物 小松菜と玉ねぎの煮浸し 7倍がゆ スープ	かれい	キャベツ 小松菜・玉ねぎ 人参	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	しらす入り7倍がゆ お茶	米 しらす ほうじ茶	
10火		豆腐と野菜の煮物 さつま芋の磯煮 7倍がゆ スープ	豆腐	大根・人参 あおさのり ほうれん草・玉ねぎ	でん粉 さつま芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
11水		鶏ささみと野菜の煮物 チンゲン菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	かぼちゃ・玉ねぎ チンゲン菜・人参 キャベツ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	じゃが芋のミルク煮 お茶	じゃが芋 ▲スキムミルク ほうじ茶	
12木		豆腐と野菜のうどん 大根の煮物 人参と小松菜の煮物	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ 大根 人参・小松菜	うどん・でん粉	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	あおさ入り7倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
13金		鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ほうれん草・玉ねぎ 白菜・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
16月		豆腐とかぼちゃの煮物 玉ねぎと人参の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ・人参 キャベツ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこ入り7倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶	
17火		鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	りんごのコンポート 野菜ハイハイ お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイ ほうじ茶	

日曜日 曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
18 水	白身魚と野菜の煮物 さつまいもの煮物 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・小松菜 人参	でん粉 さつまいも 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	人参入り7倍がゆ お茶	米 人参 ほうじ茶	
19 木	豆腐と野菜の煮物 玉ねぎとほうれん草の煮浸し 7倍がゆ スープ	豆腐	カリフラワー・人参 玉ねぎ・ほうれん草 白菜	でん粉 米 じゃが芋	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
20 金	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎと人参の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 玉ねぎ・人参 大根・青ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
23 月	鶏肉と小松菜の煮物 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	小松菜 白菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り7倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
24 火	鶏ささみと野菜の煮物 さつまいもの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 さつまいも 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	りんごのコンポート 野菜ハイハイ お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイ ほうじ茶	
25 水	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・ほうれん草 白菜・人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこ入り7倍がゆ お茶	米 きな粉 ほうじ茶	
26 木	鶏肉と野菜の煮物 人参の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・黄パプリカ 人参 小松菜	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつまいも お茶	さつまいも ほうじ茶	
27 金	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 玉ねぎ 大根・人参	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	

栄養価の平均 エネルギー114kcal たんぱく質6.0g 脂質1.1g カルシウム71mg

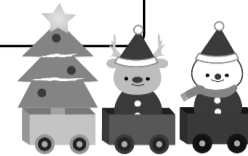
★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

*そば・落花生の入った食材は使用していません。
*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*お米は滋賀県産コシヒカリ・滋賀県産日本晴・京都丹後産コシヒカリを使用しています。
<アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。





2024年12月度 きたばたけ保育園 初期メニュー(5~6か月頃)



アレルギー表示

●卵 ▲乳

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
2月		かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		かぼちゃ 小松菜	米	
3日	火	白身魚のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ	かれい	ほうれん草	米	
4日	水	チンゲン菜のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜 人参	米	
5日	木	豆腐のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ	豆腐	小松菜	米	
6日	金	ブロッコリーのペースト キャベツのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー キャベツ	米	
9日	月	白身魚のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ	かれい	小松菜	米	
10日	火	さつまいものペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	さつまいも 米	
11日	水	玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ チンゲン菜	米	
12日	木	豆腐のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ	豆腐	小松菜	米	
13日	金	ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋 米	
16日	月	かぼちゃのペースト キャベツのペースト 10倍がゆ		かぼちゃ キャベツ	米	
17日	火	ブロッコリーのペースト 人参のペースト 10倍がゆ		ブロッコリー 人参	米	
18日	水	さつまいものペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		小松菜	さつまいも 米	
19日	木	豆腐のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ	豆腐	ほうれん草	米	
20日	金	人参のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		人参 大根	米	
23日	月	小松菜のペースト 白菜のペースト 10倍がゆ		小松菜 白菜	米	
24日	火	さつまいものペースト 人参のペースト 10倍がゆ		人参	さつまいも 米	
25日	水	白身魚のペースト じゃが芋のペースト 10倍がゆ	かれい		じゃが芋 米	
26日	木	玉ねぎのペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ 小松菜	米	
27日	金	人参のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		人参 大根	米	

栄養価の平均 エネルギー40kcal たんぱく質1.5g 脂質0.6g カルシウム24mg

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

