

2025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 🙂

② の日はお楽しみメニュー



アレルギー表示

●卵 ▲乳

日曜 付日	昼食							
-; +		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
	牛肉コロッケ			▲牛肉コロッケ・油		星たべよ	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油
	ツナサラダ	ツナフレーク	大根・人参・チンゲン菜・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
1 月	かぼちゃの甘辛和え		かぼちゃ	砂糖	醤油		牛乳	▲牛乳
: I	ごはん			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
	白身魚の煮付け	たら	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし		いちご蒸しパン	
	白菜と小松菜の和え物	油揚げ	白菜・小松菜 細切昆布・人参・さやいんげん	油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし だし・醤油・本みりん	お茶	4 20	豆乳・いちごジャム・油 ▲牛乳
: 1	細切昆布の煮物 ごはん	油物リ	福切民間・人参・各位(701)70	米	にして醤油・本みりん		牛乳	▲午乳
: 1	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ	_	 だし			
	ウインナーときのこのクリームスパゲティ	ウインナー・▲低脂肪乳	玉ねぎ・エリンギ・ブロッコリー・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・油	チキンコンソメ・▲クリームシチューミックス	かっぱえびせん	わかめおにぎり	*
(° °)	キャベツとコーンのサラダ		キャベツ・コーン・人参	油・砂糖	酢•醤油	お茶	1973 090012 2 9	わかめご飯の素
3 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		ほうれん草・太もやし		チキンコンソメ			
	ピーチゼリー				ピーチゼリー			
	家常豆腐(ジャーツァンドウフ)	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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	星たべよ	のり塩ポテト	じゃが芋・油
	春雨の中華和え		赤ピーマン・小松菜	緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま	酢•醤油	お茶		塩・あおさのり
4 木	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)	N = = 1				
	マーマレードチキン	鶏肉		油・マーマレード	塩・醤油・本みりん		きなこトースト	▲食パン・▲バター
	ビーンズサラダ	大豆	コーン・きゅうり・人参	マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋	塩	お茶	4 20	きな粉・砂糖 ▲牛乳
i	蒸さつま芋			************************************			牛乳	▲午乳
1 1	ではん味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ	*	 だし			
- i - +	豚肉とごぼうのうどん	豚肉・さつま揚げ	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	かわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	ほうれん草と白菜のおかか和え	かつお節	ほうれん草・白菜			お茶	お茶	ほうじ茶
	菜めしごはん		菜めしの素	米		0071	0071	
\perp		**************************************		\				
	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ	キャベツ・小松菜・人参	油 白ごま	醤油・本みりん・和風だし	星たべよ	オレンジバンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
Ω П	キャベツと小松菜のごま和えがんもの煮物	がんもどき	イヤハン・小松米・八多	砂糖		お茶	牛乳	油・オレンジジュース ▲牛乳
:	ごはん	370000		米	たび 富温 特理店		7+0	<u> </u>
: I	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ	さつま芋	だし			
\rightarrow	サバの味噌煮	さば・赤みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい	納豆お焼き	米・納豆・あおさのり
	もやしとチンゲン菜の和え物		太もやし・チンゲン菜・人参		醤油・本みりん・だし	お茶		醤油・でん粉・油
9 火	蒸かぼちゃ		かぼちゃ		塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	すまし汁	豆腐	わかめ		だし・醤油・塩			
	鶏肉の揚げ煮	鶏肉		でん粉・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし	かっぱえびせん	ジャムサンド	
;	白菜とコーンのサラダ		白菜・コーン・人参	砂糖・油		お茶	4 =	いちごジャム
1 1	じゃが芋のスープ煮			じゃが芋	チキンコンソメ		牛乳	▲牛乳
i 1	ではん味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	米おつゆ麩	だし			
-	豚汁うどん	がみて・日みて 豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・本みりん・醤油	星たべよ	昆布おにぎり	*
1 1	ひじきと高野豆腐の煮物	高野豆腐	ひじき・さやいんげん	油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒	生たべるお茶	1001CC1	塩昆布
1 . 1	わかめごはん	ال ۱۹۰۰ منطقت المساور ال	わかめご飯の素	米			牛乳	▲牛乳
1 1	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
	ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	カルシウムせんべい	黒糖蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖
	しらすと野菜のサラダ	しらす	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン	砂糖•油	酢•醤油	お茶		豆乳•油
12 金	フルーツ(バナナ)		バナナ				牛乳	▲牛乳
\dashv	チャーハン	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	*·油	中華だし・塩・醤油	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	ナムル		太もやし・きゅうり・黄ピーマン・にんにく	白ごま・砂糖・ごま油	醤油・塩	お茶	お茶	ほうじ茶
13 土	汁ビーフン		わかめ	ビーフン	中華だし・醤油・塩			
;1						1		

7 曜			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	ä	おやつ(午後)
曜日	昼食	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
⋾月	白身魚フライ チーズサラダ さつま芋の煮物	白身魚フライ ▲チーズ	キャベツ・ブロッコリー・人参	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋	醤油・本みりん・だし	星たべよお茶	青菜おにぎり 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳
	」ごはん 」味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	 ほうれん草	米	 だし			
6 火	豚肉と野菜のケチャップ炒め あおさじゃが ごはん	豚肉	太もやし・玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン・エリンギ・コーン あおさのり	油・砂糖 じゃが芋 米	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒塩	カルシウムせんべい お茶	きなこバターサンド	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
	スープ フルーツ(パイン缶)		人参・チンゲン菜 パイン(缶詰)		チキンコンソメ			
7 水	冬野菜マーボー丼 白菜とブロッコリーの中華和え はるさめスープ フルーツ (黄桃缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ 白菜・ブロッコリー ほうれん草 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉でま油緑豆春雨	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	かっぱえびせん お茶	ぶんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー・砂料油・豆腐・人参 ▲牛乳
★ 8 木	星のハンパーグ ウインナーと野菜のソテー ポテトフライ ふりかけごはん スープ	ハンバーグ ウインナー	太もやし・小松菜・人参	油 油 ポテトフライ・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ 塩 かつおふりかけ チキンコンソメ	星たべよお茶	Xmas豆腐ブラウニー 牛乳	の変物・でんだ・ペーキングパウダー・ココアパウダー・注 豆腐・砂糖・パイン(缶結)・みかん/缶結)・粒理 本牛乳
9 金	クリームシチュー 平天と野菜のサラダ コーンピラフ フルーツ(りんご缶)	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク さつま揚げ	人参・玉ねぎ・グリンピース キャベッ・ブロッコリー・赤ビーマン・レモン果汁 コーン りんご(缶詰)	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 米・油	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油 チキンコンソメ・塩	カルシウムせんべい お茶	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのが 醤油・油 ▲牛乳
<u>∞</u> ±	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	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
22 月	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え ひじき煮 ごはん	チキンボール	しょうが 白菜・チンゲン菜・塩昆布 ひじき・人参・グリンピース	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	星たべよお茶	ツナ味噌お焼き 牛乳	※・ツナフレーク・白ご: 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳
\perp	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・わかめ		だし			
3 火	高野豆腐のそぼろ丼 もやしと小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	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 太もやし・小松菜 キャベツ みかん(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	キ乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳
ሷ 水	サバの照焼 白菜とブロッコリーのあおさ和え 切干大根の煮物 ごはん	さば	白菜・ブロッコリー・あおさのり 切干大根・人参・グリンピース	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・料理酒	かっぱえびせん お茶	人参きんびらお焼き	米・人参・油・砂糖 醤油・本みりん・白ごま・塩 ▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ・ほうれん草 おろしりんご	油・砂糖・でん粉	だし 塩・醤油・料理酒	目もべら	>,_ # : ¬:	▲食パン・▲バター
25 木	チキンソテーアップルソース ちくわとチンゲン菜のサラダ 蒸さつま芋 ごはん		チンゲン菜・太もやし・人参	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 さつま芋 米	温・醤油・料理酒 醤油・酢	星たべよお茶	キ乳	▲良ハン・▲ハター砂糖▲牛乳
26 金	スープ ポークカレー ブロッコリーサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・コーン 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 バナナ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	チキンコンソメ カレーフレーク(アレルゲンフリー) 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	ころころチーズ蒸しパン牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂 ▲低脂肪乳・▲チーズ・※ ▲牛乳
27 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	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

★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。 * お米は国産米使用しています。 <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。



2025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 ② の日はお楽しみメニュー



アレルギー表示

●卵 ▲乳

			主な材料の		おやつ(午前) おやつ(午後)			
日曜 日	昼食	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
+	 牛肉コロッケ					たべっ子ベイビー	豚ねぎお焼き	************************************
	ツナサラダ	ツナフレーク	 大根・人参・チンゲン菜・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	┃ ┃酢•塩•醤油	お茶	1344600766	豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
1 日	かぼちゃの甘辛和え		かぼちゃ	砂糖	醤油	0071	牛乳	▲牛乳
' ' 3	がはり、このロードにん		3636	*			7-30	_ 1 50
	味噌汁	赤みそ・白みそ	 ほうれん草	おつゆ麩	だし			
+	白身魚の煮付け	たら	しょうが	 砂糖	醤油・料理酒・だし	カルシウハせんべい	いちご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	白菜と小松菜の和え物	, , ,	白菜・小松菜	32 170	醤油・本みりん・和風だし	お茶	V19Cm0/19	豆乳・いちごジャム・油
2 火	細切昆布の煮物	油揚げ	細切昆布・人参・さやいんげん	油·砂糖	だし・醤油・本みりん	0071	牛乳	▲牛乳
	ごはん			*			1 30	_ , 55
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ		だし			
	ウインナーときのこのクリームスパゲティ	ウインナー・▲低脂肪乳	玉ねぎ・エリンギ・ブロッコリー・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・油	<i>チ</i> キンコンソメ・▲クリームシチューミックス	やわらかおかき	わかめおにぎり	米
	キャベツとコーンのサラダ		キャベツ・コーン・人参	油•砂糖	■ 酢 • 醤油	お茶		わかめご飯の素
3 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		ほうれん草・太もやし		チキンコンソメ			
	ピーチゼリー				ピーチゼリー			
	家常豆腐(ジャーツァンドウフ)	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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	たべっ子ベイビー	のり塩ポテト	じゃが芋・油
	春雨の中華和え		赤ピーマン・小松菜	緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま	酢•醤油	お茶		塩・あおさのり
4 木	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	マーマレードチキン	鶏肉		油・マーマレード	塩・醤油・本みりん	カルシウムせんべい	きなこトースト	▲食パン・▲バター
	ビーンズサラダ	大豆	コーン・きゅうり・人参	マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩	お茶		きな粉・砂糖
5 金	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ		だし			
	豚肉とごぼうのうどん	豚肉・さつま揚げ	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	ほうれん草と白菜のおかか和え	かつお節	ほうれん草・白菜		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
6 ±	菜めしごはん		菜めしの素	*				
	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ		油			オレンジパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	キャベツと小松菜のごま和え		キャベツ・小松菜・人参	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶		油・オレンジジュース
8月	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん	+ +		*				
-	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ	さつま芋	だし		(d= +) (d +	W ##= #### 010
	サバの味噌煮	さば・赤みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい	 	米・納豆・あおさのり
0 11	もやしとチンゲン菜の和え物		太もやし・チンゲン菜・人参		醤油・本みりん・だし	お茶	4- 🖾	醤油・でん粉・油
9 7	蒸かぼちゃ		かぼちゃ	水	塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん オ ま しき	豆腐	わかめ	*	だし・醤油・塩			
-	すまし汁 鶏肉の揚げ煮	シストリー	17/3/82	でん粉・油・砂糖	たし・醤油・塩 醤油・本みりん・和風だし	かわらかおかき	ジャムサンド	▲食パン
	鶏肉の揚け点 白菜とコーンのサラダ	大同プン	 白菜・コーン・人参	砂糖・油・砂糖	醤油・本みりん・利風にし 酢・醤油	お茶	シャムリント	▲良ハフ いちごジャム
10 7k	じゃが芋のスープ煮			じゃが芋	チキンコンソメ	00木	牛乳	↑・ランマム ▲牛乳
	ごはん			米			T+0	— I 30
	味噌汁	赤みそ・白みそ	 ほうれん草	おつゆ麩	だし			
 	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・本みりん・醤油	たべっ子ベイビー	昆布おにぎり	*
	ひじきと高野豆腐の煮物	高野豆腐	ひじき・さやいんげん	油•砂糖	和風だし・醤油・料理酒	お茶	25,,500,600,7	塩昆布
11 木	わかめごはん	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	わかめご飯の素	米			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
	(2),5,0							
	ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米•油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	カルシウムせんべい	黒糖蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖
	しらすと野菜のサラダ	しらす	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン	砂糖•油	酢•醤油	お茶		豆乳•油
12 金	フルーツ(バナナ)		バナナ				牛乳	▲牛乳
	チャーハン	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	米·油	中華だし・塩・醤油	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	ナムル		太もやし・きゅうり・黄ピーマン・にんにく	白ごま・砂糖・ごま油	醤油•塩	お茶	お茶	ほうじ茶
13 土	汁ビーフン		わかめ	ビーフン	中華だし・醤油・塩			
· · · ·		-	•		•	•	•	

日曜			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	đ	おやつ(午後)
曜日	昼食	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
5月	白身魚フライ チーズサラダ さつま芋の煮物	白身魚フライ ▲チーズ	キャベツ・ブロッコリー・人参	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋	醤油・本みりん・だし	たべっ子ベイビー お茶	青菜おにぎり 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳
	」ごはん 」味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	 ほうれん草	米	 だし			
6 火	豚肉と野菜のケチャップ炒め あおさじゃが ごはん	豚肉	太もやし・玉ねぎ・赤ビーマン・ビーマン・エリンギ・コーン あおさのり	油・砂糖 じゃが芋 米	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒塩	カルシウムせんべい お茶	きなこバターサンド	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
	スープ		人参・チンゲン菜 パイン(缶詰)		チキンコンソメ			
7 水	フルーツ (パイン缶) 冬野菜マーボー丼 白菜とブロッコリーの中華和え はるさめスープ フルーツ (黄桃缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	レょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ 白菜・ブロッコリー ほうれん草 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉ごま油緑豆春雨	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶		小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・人参 ▲牛乳
★	星のハンパーグ ウインナーと野菜のソテー ポテトフライ ふりかけごはん スープ	ハンパーグ ウインナー	太もやし・小松菜・人参	油 油 ポテトフライ・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ 塩 かつおふりかけ 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	の変物・でんむ・ペーキングパウター・ココアパウター・3 豆腐・砂糖・バイン(缶結)・みかん/缶結)・粉雑 本牛乳
9 金	クリームシチュー 平天と野菜のサラダ コーンピラフ フルーツ(りんご缶)	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク さつま揚げ	人参・玉ねぎ・グリンピース キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁 コーン りんご(缶詰)	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 米・油	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油 チキンコンソメ・塩	カルシウムせんべい お茶	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり醤油・油▲牛乳
∞ ±	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
22 月	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え ひじき煮 ごはん	チキンボール	しょうが 白菜・チンゲン菜・塩昆布 ひじき・人参・グリンピース	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	たべっ子ベイビー お茶		※・ツナフレーク・白ご: 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・わかめ		だし			
23 火	高野豆腐のそぼろ丼 もやしと小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	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 太もやし・小松菜 キャベツ みかん(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	お茶	牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳
24 水	サバの照焼 白菜とブロッコリーのあおさ和え 切干大根の煮物 ごはん	さば	白菜・ブロッコリー・あおさのり 切干大根・人参・グリンピース	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・料理酒	やわらかおかき お茶	人参きんぴらお焼き	米・人参・油・砂糖 醤油・本みりん・白ごま・塩 ▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ・ほうれん草	Adm Tability (11/1)	だし			
25 木	チキンソテーアップルソース ちくわとチンゲン菜のサラダ 蒸さつま芋 ごはん		おろしりんご チンゲン菜・太もやし・人参	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 さつま芋 米	塩・醤油・料理酒醤油・酢	たべっ子ベイビーお茶	牛乳	▲食パン・ ▲ バター 砂糖 ▲牛乳
26 金	スープ ポークカレー ブロッコリーサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・コーン 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 バナナ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	チキンコンソメ カレーフレーク(アレルゲンフリー) 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	ころころチーズ蒸しパン牛乳	小麦粉・ペーキングパウダー・砂料 ▲低脂肪乳・ ▲ チーズ・対 ▲ 牛乳
27 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	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

★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。 * お米は国産米使用しています。 <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。



2025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

② の日はお楽しみメニュー



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日曜			主な材料	と体内での働き	おやつ(午前) おやつ(午後)		おやつ(午後)	
付 日	昼食	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
	マッシュポテト			▲マッシュポテト・油		野菜ハイハイン	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油
	ツナサラダ	ツナフレーク	大根・人参・チンゲン菜・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
1 月	かぼちゃの甘辛和え		かぼちゃ	砂糖	醤油		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
	白身魚の煮付け	たら	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし	ベビーせんべい	いちご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	白菜と小松菜の和え物		白菜・小松菜		醤油・本みりん・和風だし	お茶		豆乳・いちごジャム・油
2 火	細切昆布の煮物	油揚げ	細切昆布・人参・さやいんげん	油•砂糖	だし・醤油・本みりん		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ		だし			
	ウインナーときのこのクリームスパゲティ	ウインナー・▲低脂肪乳	玉ねぎ・エリンギ・プロッコリー・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・油	チキンコンソメ・▲クリームシチューミックス	野菜ハイハイン	わかめお焼き	*
\bigcirc	キャベツとコーンのサラダ		キャベツ・コーン・人参	油•砂糖	酢•醤油	お茶		わかめご飯の素
3 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		ほうれん草・太もやし		チキンコンソメ			
	ピーチゼリー				ピーチゼリー			
	家常豆腐(ジャーツァンドウフ)	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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	ベビーせんべい	のり塩ポテト	じゃが芋・油
	春雨の中華和え		赤ピーマン・小松菜	緑豆春雨・ごま油・砂糖・白ごま	酢•醤油	お茶		塩・あおさのり
4 木	軟飯			米			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	マーマレードチキン	鶏肉		油・マーマレード	塩・醤油・本みりん		きなこトースト	▲食パン・▲バター
_	ビーンズサラダ	大豆	コーン・きゅうり・人参	マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩	お茶		きな粉・砂糖
5 金	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ		だし			m=++
	豚肉とごぼうのうどん	豚肉・さつま揚げ	ごぼう・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩			野菜ハイハイン
0 +	ほうれん草と白菜のおかか和え	かつお節	ほうれん草・白菜	N/	醤油・本みりん・だし 	お茶	お茶	ほうじ茶
6 ±	軟飯			*				
		マッシュパンプキン		l sch		mz # 1 / 1 / 2 / 2	11 2.25.182.1	
	マッシュパンプキン	マッシュハフフキフ	キャベツ・小松菜・人参	油白ごま	醤油・本みりん・和風だし		オレンシハンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖油・オレンジジュース
0 0	キャベツと小松菜のごま和え がんもの煮物	がんもどき	キャベク・小松米・人参	砂糖		お茶	井 図	油・オレフシシュース ▲牛乳
0 7	軟飯	איאיטכפ		米	たし・醤油・料珪酒		牛乳	▲午到
	味噌汁	 赤みそ・白みそ	 玉ねぎ	さつま芋	だし			
	白身魚の味噌煮	かれい・赤みそ	しょうが	砂糖	選油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	幼司お焼き	米・納豆・あおさのり
	もやしとチンゲン菜の和え物	75 1 60 1 1 75107 2	太もやし・チンゲン菜・人参	מיזי לט	醤油・本みりん・だし	お茶	WAS CONTE	醤油・でん粉・油
9 W	蒸かぼちゃ		かぼちゃ		塩	0071	牛乳	▲牛乳
	軟飯		3636	*			1 30	_ 1 50
	すまし汁	豆腐	わかめ		だし・醤油・塩			
	鶏肉の煮物	鶏肉	13.0.13	砂糖	醤油・本みりん・和風だし	野菜ハイハイン	ジャムサンド	▲食パン
	白菜とコーンのサラダ	1.5. 5	白菜・コーン・人参	砂糖•油	· 一下 · 選油	お茶	, _,,,,,,	いちごジャム
10 水	じゃが芋のスープ煮			じゃが芋	チキンコンソメ		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・本みりん・醤油	ベビーせんべい	昆布お焼き	*
	ひじきと高野豆腐の煮物	高野豆腐	ひじき・さやいんげん	油·砂糖	和風だし・醤油・料理酒	お茶		塩昆布
11 木	軟飯			*			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
	ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米•油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	野菜ハイハイン	黒糖蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖
	しらすと野菜のサラダ	しらす	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン	砂糖•油	酢•醬油	お茶		豆乳・油
12 金	フルーツ (バナナ)		バナナ				牛乳	▲牛乳
	チャーハン	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	米•油	中華だし・塩・醤油			野菜ハイハイン
	ナムル		太もやし・きゅうり・黄ピーマン・にんにく		醤油•塩	お茶	お茶	ほうじ茶
13 土	汁ビーフン		わかめ	ビーフン	中華だし・醤油・塩			

口頭	1		主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	ð	おやつ(午後)
寸 日 日	昼食	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
	白身魚の煮付け	たら	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし	野菜ハイハイン	青菜お焼き	米
	チーズサラダ	▲チーズ	キャベツ・ブロッコリー・人参	マヨネーズタイプ(卵不使用)		お茶		菜めしの素
5 <u>月</u>	さつま芋の煮物			さつま芋	醤油・本みりん・だし		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
	豚肉と野菜のケチャップ炒め	豚肉	太もやし・玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン・エリンギ・コーン	油・砂糖	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒		きなこバターサンド	
١.,	あおさじゃが		あおさのり	しいが芋 Lu	塩	お茶		▲バター・砂糖
6 从	軟飯			米			牛乳	▲牛乳
	スープ		人参・チンゲン菜		チキンコンソメ			
+	フルーツ (パイン缶) 冬野菜マーボー丼	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	パイン(缶詰) しょうが・にんにく・大根・人参・青ねぎ	半。沖。砂糖。でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	野芸ハノハノン	34 th 1017 4 17 4 7 m t -	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糊
	白菜とブロッコリーの中華和え	立橋・別ひさ内・畑レハー派込み・かかで	白菜・ブロッコリー	木・油・砂棉・ C/0初 ごま油	醤油・科珪酒・中華だし	お茶		油・豆腐・人参
7 7 k	はるさめスープ		日本・プロッコリー	公元	中華だし・醤油・塩	0.5元	牛乳	▲牛乳
, 70	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)	100 日	中華にひ・醤油・塩		十五	▲ ++0
	フルーク(黄桃山)		英1/61(山山)					
t	星のハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	ベビーせんべい	Xmas豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー・油
★	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	太もやし・小松菜・人参	油	チキンコンソメ	お茶		豆腐・砂糖・パイン(缶詰)・みかん(缶詰)・粉練
8 木	ポテトフライ			ー ポテトフライ・油	塩		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	スープ		玉ねぎ・コーン		チキンコンソメ			
T	クリームシチュー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	人参・玉ねぎ・グリンピース	じゃが芋	▲クリームシチューミックス	野菜ハイハイン	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	平天と野菜のサラダ	さつま揚げ	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶		醤油・油
9 金	軟飯			*			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)					
	肉うどん	牛肉	しめじ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・塩	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
	小松菜ともやしの梅風味和え		太もやし・小松菜・練り梅		醤油・本みりん・和風だし	お茶	お茶	ほうじ茶
20 ±	軟飯			米				
+	内団スの昭の老	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	野芸 ハ ノ ハ ノン	ハナはゆき丼き	米・ツナフレーク・白ごま
	肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え	テインホール	白菜・チンゲン菜・塩昆布		にし、醤油・本のりが	お茶		赤みそ・醤油・砂糖
2 E	ひじき煮		ひじき・人参・グリンピース	油•砂糖	和風だし・醤油・料理酒	05 1 1	牛乳	▲牛乳
	軟飯			米	和風にひっち畑・村珪旭		T-3-0	→
	味噌汁	赤みそ・白みそ	 玉ねぎ・わかめ	*	 だし			
+	高野豆腐のそぼろ丼	高野豆腐・豚ひき肉		** * * * * * * * * * * * * * * * * *		ベビーせんべい		さつま芋
	もやしと小松菜のお浸し		太もやし・小松菜	77 76 19 476 (7 0 49)	醤油・本みりん・和風だし	お茶	牛乳	▲牛乳
3 从	は 味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ	おつゆ麩	だし	00 XIX	1 30	_ 1 30
	フルーツ(みかん缶)	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	みかん(缶詰)					
	J / J (0) 10 / 0 E /							
T	白身魚の照焼	かれい		砂糖•油	醤油・本みりん	野菜ハイハイン	人参きんぴらお焼き	米・人参・油・砂糖
	白菜とプロッコリーのあおさ和え		白菜・ブロッコリー・あおさのり		醤油・本みりん・だし	お茶		醤油・本みりん・白ごま・塩
4 가	切干大根の煮物		切干大根・人参・グリンピース	つきこんにゃく・油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ・ほうれん草		だし			
Γ	チキンソテーアップルソース	鶏肉	おろしりんご	油・砂糖・でん粉	塩・醤油・料理酒	ベビーせんべい	シュガートースト	▲食パン・▲バター
	ちくわとチンゲン菜のサラダ	ちくわ	チンゲン菜・太もやし・人参	油•砂糖	醤油・酢	お茶		砂糖
5 木	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
\bot	スープ	07.0	玉ねぎ・コーン	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	チキンコンソメ	mn++ · · ·		
	豚じゃが	豚肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		ころころチーズ蒸しパン	
_ ^	ブロッコリーサラダ		プロッコリー・キャベツ・赤ピーマン・コーン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	4.5	▲低脂肪乳・▲チーズ・油
6 金	軟飯			* ***********************************	+\\ 1		牛乳	▲牛乳
	スープ			おつゆ麩・じゃが芋	だし			
+	憩内と白芸のみどり	迎内	白芸。人矣。害れぎ。だ」目左	ラどん. • 7小型車	だし。短油・木みりと・料理海・塩	^ L' _ +	軽芸ハノハノヽ.	軽益 ハイ ハイン
	鶏肉と白菜のうどん	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	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩酢・醤油			野来ハイハイン
7 +	もやしと胡瓜の酢の物 対象	い. つの郎	AG00+G000	砂糖米	· · 西·	お茶	お茶	はノレボ
. 1	- 学人 日义			^				
			l	光寺庫の			<u> </u>	カルシウム155

栄養価の平均 エネルギー373kcal たんぱく質12.8g 脂質10.5g カルシウム155mg

[★]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。

* お米は国産米を使用しています。

〈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。



2025年12月度 きたばたけ保育園 後期メニュー(9~11か月頃)



アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日曜			主な材	料と体内での働き		おやつ(午前)	đ	おやつ(午後)
日曜付日	昼食	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
	鶏肉とかぼちゃの煮物	鶏ひき肉	かぼちゃ	でん粉	だし	お茶	みそ入り5倍がゆ	*
	大根と人参の煮物		大根•人参		だし			赤みそ
1 月	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし			
+	白身魚と野菜の煮物	たら	白菜・小松菜	でん粉	だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	*
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし			きな粉
2 火	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		玉ねぎ・人参		だし			
	鶏ささみと野菜のうどん	鶏ささみ	玉ねぎ・ブロッコリー	うどん・でん粉	だし	<u></u> お茶	しらす入り5倍がゆ	*
	キャベツと人参の煮浸し		キャベツ・人参		だし			しらす
3 水	さつま芋の煮物			さつま芋	だし		お茶	ほうじ茶
+	豆腐と野菜の煮物	豆腐	ピーマン・玉ねぎ	でん粉	だし	<u></u> お茶	あおさ入り5倍がゆ	*
	白菜の煮物		白菜		だし			あおさのり
4 木	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		小松菜・人参		だし			
	鶏肉と野菜のとろ煮	鶏ひき肉	玉ねぎ	さつま芋・でん粉	たし	お茶	きなこパンがゆ	▲食パン・▲スキムミルク
	チンゲン菜と人参の煮浸し		チンゲン菜・人参		だし			きな粉
5 金	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		ブロッコリー	おつゆ麩	だし			
	鶏ささみと玉ねぎの磯煮	鶏ささみ	玉ねぎ・あおさのり	でん粉	たし	お茶	人参入り5倍がゆ	*
	小松菜とキャベツの煮浸し		小松菜・キャベツ		だし			人参
8 月	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		人参	そうめん	だし			
	白身魚とチンゲン菜の煮物	かれい	チンゲン菜	でん粉	だし	お茶	みそ入り5倍がゆ	*
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし			赤みそ
9 火	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		人参・玉ねぎ		だし			
+	鶏肉とじゃが芋のとろ煮	鶏ひき肉		じゃが芋・でん粉	だし	お茶	ミルクパンがゆ	▲食パン
	白菜と人参の煮浸し		白菜・人参		だし			▲スキムミルク
10 水	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし			
+	豆腐と野菜のうどん	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ	うどん・でん粉	だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	*
	大根の煮物		大根		だし			あおさのり
11 木	人参と小松菜の煮物		人参・小松菜		だし		お茶	ほうじ茶
		ĺ	1		1	I	İ	I

	主な材料と体内での働き		おやつ(午前)	ä	おやつ(午後)			
日 曜 付 日	昼食	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
12 金	鶏ささみとブロッコリーの煮物 キャベツとパプリカの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	ブロッコリー キャベツ・赤パプリカ 玉ねぎ・人参	でん粉 米	だし だし だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶
15 月	白身魚とほうれん草の煮物 さつま芋と人参の煮物 5倍がゆ スープ	たら	ほうれん草 人参 キャベツ	でん粉 さつま芋 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶
16 火	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	玉ねぎ・赤パプリカ チンゲン菜・人参	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	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
17 水	豆腐と野菜の煮物 白菜とブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	大根・人参 白菜・ブロッコリー ほうれん草	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆお茶	米 人参 ほうじ茶
18 木	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	玉ねぎ・人参 小松菜	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
19 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 ブロッコリー	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶
22 月	鶏肉とチンゲン菜の煮物 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	チンゲン菜 白菜・人参 大根・玉ねぎ	でん粉 米	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆお茶	米 赤みそ ほうじ茶
23 火	豆腐と玉ねぎの磯煮 小松菜と人参の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・あおさのり 小松菜・人参 キャベツ	でん粉 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶
24 水	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	かれい	プロッコリー・人参 かぼちゃ 白菜・ほうれん草	でん粉 米	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶
25 木	鶏ささみとチンゲン菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	チンゲン菜 玉ねぎ・人参	でん粉 さつま芋 米	だしだし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
26 金	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーとパプリカの煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・赤パプリカ	でん粉 米 おつゆ麩・じゃが芋	だし だし だし エネルギー149kg	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり 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1.4g カルシウム86mg

[★]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。
* お米は国産米を使用しています。
〈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。



2025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



	맫			主な材	料と体内での働き		おやつ(午前)
付	曜日	昼食	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
		鶏肉とかぼちゃの煮物	鶏ひき肉	かぼちゃ	でん粉	だし	お茶
		大根と人参の煮物		大根•人参		だし	
1	月	て倍がゆ			*		
		スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし	
		白身魚と野菜の煮物	たら	白菜・小松菜	でん粉		<u>お茶</u>
		じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	
2	火	7倍がゆ			 *		
		スープ		玉ねぎ・人参		だし	
		鶏ささみと野菜のうどん	鶏ささみ	玉ねぎ・ブロッコリー	うどん・でん粉	 だし	 お茶
		キャベツと人参の煮浸し		キャベツ・人参		だし	
3	лk	さつま芋の煮物			さつま芋	だし	
_	ć	C J C J OJM W					
		豆腐と野菜の煮物	豆腐	ピーマン・玉ねぎ	でん粉		 お茶
		白菜の煮物		白菜		だし	
4	木	7倍がゆ			*		
		スープ		小松菜・人参		だし	
		鶏肉と野菜のとろ煮	鶏ひき肉	玉ねぎ	さつま芋・でん粉		 お茶
		チンゲン菜と人参の煮浸し		チンゲン菜・人参		だし	00711
5	余	7倍がゆ			*		
	34	スープ		ブロッコリー	おつゆ麩	だし	
		鶏ささみと玉ねぎの磯煮	鶏ささみ	玉ねぎ・あおさのり	でん粉	だし	お茶
		小松菜とキャベツの煮浸し		小松菜・キャベツ		だし	
8	月	て倍がゆ			*		
		スープ		人参	そうめん	だし	
_		白身魚とチンゲン菜の煮物	かれい	チンゲン菜	でん粉		 お茶
		かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし	
9	火	て倍がゆ			*		
_		スープ		人参・玉ねぎ		だし	
		鶏肉とじゃが芋のとろ煮	鶏ひき肉		じゃが芋・でん粉	 だし	 お茶
		白菜と人参の煮浸し		白菜・人参		だし	
10	7k	て倍がゆ			*		
		スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし	
		豆腐と野菜のうどん	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ	うどん・でん粉		 お茶
		大根の煮物		大根		だし	
11	木	人参と小松菜の煮物		人参・小松菜		だし	

			主な材	材料と体内での働き		おやつ(午前)
日曜付日	昼食	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
	鶏ささみとブロッコリーの煮物	鶏ささみ	ブロッコリー	でん粉	だし	お茶
	キャベツとパプリカの煮浸し		キャベツ・赤パプリカ		だし	
2 金	7倍がゆ			*		
	スープ		玉ねぎ・人参		だし	
	白身魚とほうれん草の煮物	たら	ほうれん草	でん粉	だし	お茶
	さつま芋と人参の煮物		人参	さつま芋	だし	
月	て倍がゆ			*		
	スープ		キャベツ	おつゆ麩	だし	
	 鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	 玉ねぎ・赤パプリカ	でん粉	だし	お茶
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	
火	て倍がゆ			*		
	スープ		チンゲン菜・人参		だし	
\vdash	豆腐と野菜の煮物	豆腐	大根・人参	でん粉	だし	お茶
	白菜とブロッコリーの煮浸し		白菜・ブロッコリー		だし	
水	7倍がゆ			*		
	スープ		ほうれん草	そうめん	だし	
	 鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参	でん粉	だし	 お茶
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	
木	7倍がゆ			*		
	スープ		小松菜	おつゆ麩	だし	
-	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ	でん粉	だし	お茶
	玉ねぎと人参の煮物		玉ねぎ・人参		だし	0071
金	7倍がゆ			*		
	スープ		ブロッコリー	そうめん	だし	
	鶏肉とチンゲン菜の煮物	鶏ひき肉	チンゲン菜	でん粉	だし	 お茶
	白菜と人参の煮浸し		白菜・人参		だし	
2 月	て倍がゆ			*		
	スープ		大根・玉ねぎ		だし	
\vdash	豆腐と玉ねぎの磯煮	豆腐	玉ねぎ・あおさのり	でん粉	だし	 お茶
	小松菜と人参の煮物		小松菜・人参		だし	00/1
火	7倍がゆ			*		
	スープ		キャベツ	おつゆ麩	だし	
	白身魚と野菜の煮物	かれい	ブロッコリー・人参	でん粉	だし	お茶
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし	
4 水	7倍がゆ			*		
	スープ		白菜・ほうれん草		だし	
-	鶏ささみとチンゲン菜の煮物	鶏ささみ	チンゲン菜	でん粉	 だし	お茶
	った。 はつま芋の煮物	And C C C J		さつま芋	だし	00/1
5 木	て倍がゆ			************************************		
	スープ		玉ねぎ・人参		だし	
	豆腐と野菜の煮物	豆腐	玉ねぎ・人参	でん粉	だし	お茶
	立属と野来の点物 ブロッコリーとパプリカの煮物	and the St		C. 01/3	だし	OO/K
金	7倍がゆ			 米		
-1/2	スープ			- A おつゆ麩・じゃが芋	だし	
			: عجد	善価の平均 エネルギーフ4kcal	+ / 1 / FF / O- BEFF O O-	カルシウルモイー

栄養価の平均 エネルギー74kcal たんぱく質4.8g 脂質0.9g カルシウム54mg

[★]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。
* お米は国産米を使用しています。
〈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。



2025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

●卯 ▲乳

<u></u>		主な材料と体内での働き				00000		
付	曜日	昼食	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		
1		かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト 1 O倍がゆ		かぼちゃ ほうれん草	*			
2	火	じゃが芋のペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ		小松菜	じゃが芋 米			
3		さつま芋のペースト ブロッコリーのペースト 1 O倍がゆ		ブロッコリー	さつま芋 米			
4		豆腐のペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ	豆腐	小松菜	*			
5	金	ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー 玉ねぎ 	*			
8	月	人参のペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ		人参 小松菜 	*			
9	火	白身魚のペースト チンゲン菜のペースト 1 O倍がゆ	かれい	チンゲン菜	*			
10	水	じゃが芋のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		人参	じゃが芋 米			
11		大根のペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ		大根 小松菜	*			
12	金	ブロッコリーのペースト キャベツのペースト 1 O倍がゆ		ブロッコリー キャベツ	*			
15	月	さつま芋のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	さつま芋 米			
16		チンゲン菜のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		チンゲン菜 人参	*			
17	水	豆腐のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ	豆腐	ブロッコリー	*			
18	木	玉ねぎのペースト 小松菜のペースト 1 0倍がゆ		玉ねぎ 小松菜	*			
19		人参のペースト キャベツのペースト 1 O倍がゆ		人参キャベツ	*			
22	月	チンゲン菜のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜 大根	*			
23		キャベツのペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		キャベツ 人参	*			
24	水	白身魚のペースト かぼちゃのペースト 1 O倍がゆ	かれい	かぼちゃ	*			
25		玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト 1 O倍がゆ		玉ねぎ チンゲン菜	*			
26	金	ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト 1 O倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米			
	- 1				ー !ルギー38kcal たんぱく質1.4g	PLEE 0.4		

栄養価の平均 エネルギー38kcal たんぱく質1.4g 脂質0.4g カルシウム22mg