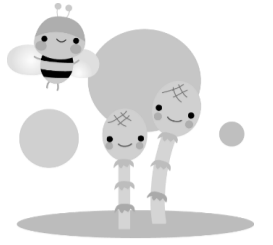


2025年3月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー



★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 ▲乳

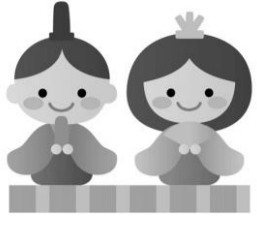
日曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
1 土	鶏肉と根菜の煮物 油揚げとキャベツの煮浸し ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	大根・人参・さやいんげん キャベツ・人参 太もやし・青ねぎ	里芋・黒こんにゃく・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
3 月	かぼちゃひき肉フライ 小松菜と白菜のお浸し がんもの煮物 ごはん 味噌汁	かぼちゃ挽肉フライ がんもどき 赤みそ・白みそ	小松菜・白菜・人参 わかめ	油 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒 だし	星たべよ 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 火	醤油ラーメン シューマイ ふりかけごはん フルーツ(黄桃缶)	豚肉 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 米	醤油・中華だし・塩・オイスターソース かつおふりかけ	カルシウムせんべい 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 水	鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのあおさおえ 煮豆 ごはん 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ・白みそ	キャベツ・しめじ・あおさのり 人参・グリーンピース 小松菜・玉ねぎ	油 白ごま 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	かっぱえびせん お茶	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 油・塩 ▲牛乳	
6 木	すき焼き風煮 ちくわとチンゲン菜のお浸し ごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	豚肉・焼豆腐 ちくわ 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・太もやし わかめ パイナップル(缶詰)	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖 米 里芋	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	星たべよ 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 金	カレーライス キャベツサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・赤ピーマン バナナ	米・じゃが芋・油 マヨネースタイプ(卵不使用)	カレーフレーク 塩	カルシウムせんべい お茶	ふんわりりんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
8 土	豆腐のあんかけ丼 ブロッコリーともやしのおかか和え 味噌汁	鶏肉・豆腐 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう ブロッコリー・太もやし えのきたけ・わかめ	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし 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	
10 月	ハンバーグ ポテトフライ ひじきサラダ ごはん スープ	ハンバーグ	ひじき・人参・さやいんげん 小松菜・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	星たべよ お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー ▲スキムミルク・砂糖・油 ▲ヨーグルト・マーマレード ▲牛乳	
11 火	白身魚の煮付け 焼かぼちゃ もやしの赤しそ和え ごはん 味噌汁	ホキ かぼちゃ 赤みそ・白みそ	しょうが かぼちゃ 太もやし・ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ	砂糖・でん粉 油 米	醤油・料理酒・和風だし 塩 ゆかり だし	カルシウムせんべい お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳	
12 水	豚肉のチャブチェ さつまいもの旨煮 チンゲン菜と人参の和え物 ごはん 味噌汁	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン チンゲン菜・人参 青ねぎ	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油 さつまいも 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・和風だし だし	かっぱえびせん お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
★ 13 木	クリームシチュー 白菜とほうれん草のサラダ ロールパン フルーツ(みかん缶)	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	人参・玉ねぎ・グリーンピース 白菜・太もやし・ほうれん草 みかん(缶詰)	じゃが芋 油・砂糖 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・醤油	星たべよ お茶	パイナップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・パイナップル(缶詰) ▲牛乳	
14 金	麻婆豆腐 切干大根の中華和え ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー・煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・青ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 チンゲン菜・しめじ りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
15 土	牛肉の五目炒め かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁	牛肉 赤みそ・白みそ	れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ ほうれん草・太もやし	油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 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	

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	
17	月	白身魚フライ マカロニサラダ ウインナーと野菜のケチャップソテー ごはん スープ	白身魚フライ ウインナー	ミックスベジタブル 玉ねぎ・ピーマン わかめ・小松菜	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・トマトケチャップ・塩 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	
18	火	高野豆腐のそぼろ丼 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	高野豆腐・豚ひき肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・グリーンピース 白菜・太もやし・しめじ ほうれん草 パイン(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・だし だし	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	
19	水	厚揚げと野菜のうどん キャベツの梅風味和え 赤しそごはん フルーツ(黄桃缶)	生揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 キャベツ・小松菜・練り梅 黄桃(缶詰)	うどん・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん ゆかり	かっぱえびせん 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	
21	金	チキンカレー ブロッコリーともやしのサラダ フルーツ(みかん缶)	鶏肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・太もやし・コーン・赤ピーマン 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	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	
22	土	チャーハン 厚揚げと大根のとう煮 はるさめスープ	豚ひき肉 生揚げ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 大根・さやいんげん わかめ	米・油 砂糖・でん粉 緑豆春雨	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油 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	
24	月	牛肉コロッケ ウインナーと野菜のソテー 小松菜と白菜のごま和え ごはん 味噌汁	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜 わかめ	▲牛肉コロッケ・油 油 白ごま 米	チキンコンソメ 醤油・本みりん・和風だし だし	星たべよ お茶	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 ▲牛乳	
25	火	サバの照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 ごはん スープ	さば	ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ さやいんげん・大根	砂糖・油 油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ミルクラスク 牛乳	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳	
26	水	家常豆腐 しらすと白菜のサラダ ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ しらす	玉ねぎ・しめじ・赤ピーマン・しょうが・にんにく 白菜・人参・レモン果汁 わかめ・太もやし りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・塩・醤油 中華だし・醤油・塩	かっぱえびせん お茶	黒糖ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・油・豆乳 ▲牛乳	
27	木	チキンチャップ ブロッコリーサラダ ひじき豆 ごはん 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・キャベツ ひじき・人参 玉ねぎ・小松菜	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油・砂糖 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩 だし・醤油・料理酒 だし	星たべよ お茶	梅わかめおにぎり 牛乳	米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳	
28	金	豚丼 切干大根の煮物 味噌汁 ピーチゼリー	豚肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 切干大根・グリーンピース 白菜・わかめ	米・砂糖・でん粉 つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし ピーチゼリー	カルシウムせんべい お茶	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース りんご(缶詰)・油 ▲牛乳	
29	土	チキンポトフ 花野菜サラダ 菜めし	鶏肉・ウインナー	人参・キャベツ・玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・コーン 菜めしの素	じゃが芋 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米	チキンコンソメ・塩 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	

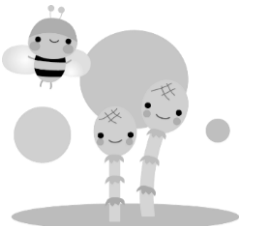
栄養価の平均 エネルギー442kcal たんぱく質13.7g 脂質13.0g カルシウム178mg

★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。



2025年3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 ▲乳

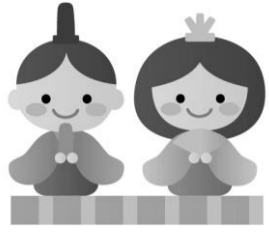
日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
1	土	鶏肉と根菜の煮物 油揚げとキャベツの煮浸し ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	大根・人参・さやいんげん キャベツ・人参 太もやし・青ねぎ	里芋・黒こんにゃく・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶	
3	月	かぼちゃひき肉フライ 小松菜と白菜のお浸し がんもの煮物 ごはん 味噌汁	かぼちゃ挽肉フライ がんもどき 赤みそ・白みそ	小松菜・白菜・人参 わかめ	油 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒 だし	たべっ子ベイビー 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	火	醤油ラーメン シューマイ ふりかけごはん フルーツ(黄桃缶)	豚肉 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 米	醤油・中華だし・塩・オイスターソース かつおふりかけ	カルシウムせんべい 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	水	鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのあおさし和え 煮豆 ごはん 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ・白みそ	キャベツ・しめじ・あおさのり 人参・グリーンピース 小松菜・玉ねぎ	油 白ごま 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	やわらかおかき お茶	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 油・塩 ▲牛乳	
6	木	すき焼き風煮 ちくわとチンゲン菜のお浸し ごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	豚肉・焼豆腐 ちくわ 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・太もやし わかめ パイナップル(缶詰)	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖 米 里芋	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	たべっ子ベイビー 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	金	カレーライス キャベツサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・赤ピーマン バナナ	米・じゃが芋・油 マヨネースタイプ(卵不使用)	カレーフレーク 塩	カルシウムせんべい お茶	ふんわりりんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
8	土	豆腐のあんかけ丼 ブロッコリーともやしのおかか和え 味噌汁	鶏肉・豆腐 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう ブロッコリー・太もやし えのきたけ・わかめ	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし 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	
10	月	ハンバーグ ポテトフライ ひじきサラダ ごはん スープ	ハンバーグ	ひじき・人参・さやいんげん 小松菜・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	たべっ子ベイビー お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー ▲スキムミルク・砂糖・油 ▲ヨーグルト・マーマレード ▲牛乳	
11	火	白身魚の煮付け 焼かぼちゃ もやしの赤しそ和え ごはん 味噌汁	ホキ かぼちゃ 赤みそ・白みそ	しょうが かぼちゃ 太もやし・ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ	砂糖・でん粉 油 米	醤油・料理酒・和風だし 塩 ゆかり だし	カルシウムせんべい お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳	
12	水	豚肉のチャブチェ さつま芋の旨煮 チンゲン菜と人参の和え物 ごはん 味噌汁	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン チンゲン菜・人参 青ねぎ	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油 さつま芋 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・和風だし だし	やわらかおかき お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
★	13	木	クリームシチュー 白菜とほうれん草のサラダ ロールパン フルーツ(みかん缶)	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース 白菜・太もやし・ほうれん草 みかん(缶詰)	じゃが芋 油・砂糖 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・醤油	たべっ子ベイビー お茶	パイナップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・パイナップル(缶詰) ▲牛乳
14	金	麻婆豆腐 切干大根の中華和え ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー・煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・青ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 チンゲン菜・しめじ りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
15	土	牛肉の五目炒め かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁	牛肉 赤みそ・白みそ	れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ ほうれん草・太もやし	油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 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	

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	
17	月	白身魚フライ マカロニサラダ ウインナーと野菜のケチャップソテー ごはん スープ	白身魚フライ ウインナー	ミックスベジタブル 玉ねぎ・ピーマン わかめ・小松菜	油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	油 チキンコンソメ・トマトケチャップ・塩 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	
18	火	高野豆腐のそぼろ丼 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	高野豆腐・豚ひき肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・グリーンピース 白菜・太もやし・しめじ ほうれん草 パイン(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・だし だし	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	
19	水	厚揚げと野菜のうどん キャベツの梅風味和え 赤しそごはん フルーツ(黄桃缶)	生揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 キャベツ・小松菜・練り梅 黄桃(缶詰)	うどん・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん ゆかり	やわらかおかき 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	
21	金	チキンカレー ブロッコリーともやしのサラダ フルーツ(みかん缶)	鶏肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・太もやし・コーン・赤ピーマン 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	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	
22	土	チャーハン 厚揚げと大根のとう煮 はるさめスープ	豚ひき肉 生揚げ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 大根・さやいんげん わかめ	米・油 砂糖・でん粉 緑豆春雨	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油 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	
24	月	牛肉コロッケ ウインナーと野菜のソテー 小松菜と白菜のごま和え ごはん 味噌汁	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜 わかめ	▲牛肉コロッケ・油 油 白ごま 米	チキンコンソメ 醤油・本みりん・和風だし だし	たべっ子ベイビー お茶	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 ▲牛乳	
25	火	サバの照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 ごはん スープ	さば	ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ さやいんげん・大根	砂糖・油 油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	ミルクラスク 牛乳	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳	
26	水	家常豆腐 しらすと白菜のサラダ ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ しらす	玉ねぎ・しめじ・赤ピーマン・しょうが・にんにく 白菜・人参・レモン果汁 わかめ・太もやし りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・塩・醤油 中華だし・醤油・塩	やわらかおかき お茶	黒糖ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・油・豆乳 ▲牛乳	
27	木	チキンチャップ ブロッコリーサラダ ひじき豆 ごはん 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・キャベツ ひじき・人参 玉ねぎ・小松菜	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油・砂糖 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩 だし・醤油・料理酒 だし	たべっ子ベイビー お茶	梅わかめおにぎり 牛乳	米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳	
28	金	豚丼 切干大根の煮物 味噌汁 ピーチゼリー	豚肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 切干大根・グリーンピース 白菜・わかめ	米・砂糖・でん粉 つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし ピーチゼリー	カルシウムせんべい お茶	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース りんご(缶詰)・油 ▲牛乳	
29	土	チキンポトフ 花野菜サラダ 菜めし	鶏肉・ウインナー	人参・キャベツ・玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・コーン 菜めしの素	じゃが芋 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米	チキンコンソメ・塩 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	

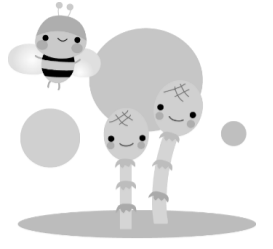
栄養価の平均 エネルギー443kcal たんぱく質13.7g 脂質13.0g カルシウム186mg

★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。



2025年3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	曜	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	
1	土	鶏肉と根菜の煮物 油揚げとキャベツの煮浸し 軟飯 味噌汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	大根・人参・さやいんげん キャベツ・人参 太もやし・青ねぎ	里芋・黒こんにゃく・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし 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	
3	月	マッシュパンプキン 小松菜と白菜のお浸し がんもの煮物 軟飯 味噌汁	マッシュパンプキン がんもどき 赤みそ・白みそ	小松菜・白菜・人参 わかめ	油 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒 だし	野菜ハイハイ 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	火	醤油ラーメン シューマイ 軟飯 フルーツ(黄桃缶)	豚肉 肉しゅうまい 黄桃(缶詰)	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 米	醤油・中華だし・塩・オスターソース 米	ハッピーせんべい 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	水	鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのあおさし和え 煮豆 軟飯 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ・白みそ	キャベツ・しめじ・あおさのり 人参・グリーンピース 小松菜・玉ねぎ	油 白ごま 砂糖 米	塩こうじ 醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	バナナ ハッピーせんべい 牛乳	バナナ ハッピーせんべい ▲牛乳	
6	木	すき焼き風煮 ちくわとチンゲン菜のお浸し 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイナップル缶)	豚肉・焼豆腐 ちくわ 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・太もやし わかめ パイナップル(缶詰)	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖 米 里芋	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	ハッピーせんべい 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	金	肉じゃが キャベツサラダ 軟飯 スープ	牛肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・赤ピーマン かぼちゃ	じゃが芋・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 だし	野菜ハイハイ お茶	ふんわりりんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐・人参 ▲牛乳	
8	土	豆腐のあんかけ丼 フロッコリーともやしのおかか和え 味噌汁	鶏肉・豆腐 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう フロッコリー・太もやし えのきたけ・わかめ	米・油・砂糖・でん粉 米	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし 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	
10	月	ハンバーグ ポテトフライ ひじきサラダ 軟飯 スープ	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	ひじき・人参・さやいんげん 小松菜・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 和風だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー ▲スキムミルク・砂糖・油 ▲ヨーグルト・マーマレード ▲牛乳	
11	火	白身魚の煮付け 焼かぼちゃ もやしの赤しそ和え 軟飯 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	しょうが かぼちゃ 太もやし・ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ	砂糖・でん粉 油 米	醤油・料理酒・和風だし 塩 ゆかり だし	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	
12	水	豚肉のチャブチェ さつま芋の旨煮 チンゲン菜と人参の和え物 軟飯 味噌汁	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン チンゲン菜・人参 青ねぎ	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油 さつま芋 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・和風だし だし	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	
★	13	木	クリームシチュー 白菜とほうれん草のサラダ ロールパン フルーツ(みかん缶)	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース 白菜・太もやし・ほうれん草 みかん(缶詰)	じゃが芋 油・砂糖 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・醤油	ハッピーせんべい お茶	パイナップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・パイナップル(缶詰) ▲牛乳
14	金	麻婆豆腐 切干大根の中華和え 軟飯 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー・煮込み・赤みそ 赤みそ・白みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・青ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 チンゲン菜・しめじ りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	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	
15	土	牛肉の五目炒め かぼちゃの甘煮 軟飯 味噌汁	牛肉 赤みそ・白みそ	れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ ほうれん草・太もやし	油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 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	

日 付	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	
17	月	白身魚の煮付け マカロニサラダ ウインナーと野菜のケチャップソテー 軟飯 スープ	たら ウインナー	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ・ピーマン わかめ・小松菜	砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	醤油・料理酒・だし チキンコンソメ・トマトケチャップ・塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ 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	
18	火	高野豆腐のそぼろ丼 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	高野豆腐・豚ひき肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・グリーンピース 白菜・太もやし・しめじ ほうれん草 パイン(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・だし だし	ハッピーせんべい お茶	蒸さつま芋 牛乳	さつま芋 ▲牛乳	
19	水	厚揚げと野菜のうどん キャベツの梅風味和え 軟飯 フルーツ(黄桃缶)	生揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 キャベツ・小松菜・練り梅 黄桃(缶詰)	うどん・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん	野菜ハイハイ 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	
21	金	鶏じゃが ブロッコリーともやしのサラダ 軟飯 スープ	鶏肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・太もやし・コーン・赤ピーマン チンゲン菜	じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米 そうめん	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・塩 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	
22	土	チャーハン 厚揚げと大根のとろ煮 はるさめスープ	豚ひき肉 生揚げ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 大根・さやいんげん わかめ	米・油 砂糖・でん粉 緑豆春雨	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油 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	
24	月	マッシュポテト ウインナーと野菜のソテー 小松菜と白菜のごま和え 軟飯 味噌汁	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜 わかめ	▲マッシュポテト・油 油 白ごま 米	チキンコンソメ 醤油・本みりん・和風だし だし	野菜ハイハイ お茶	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 ▲牛乳	
25	火	白身魚の照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 軟飯 スープ	かれい	ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ さやいんげん・大根	砂糖・油 油・砂糖 砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん チキンコンソメ	ハッピーせんべい お茶	ミルクラスク 牛乳	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳	
26	水	家常豆腐 しらすと白菜のサラダ 軟飯 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ しらす	玉ねぎ・しめじ・赤ピーマン・しょうが・にんにく 白菜・人参・レモン果汁 わかめ・太もやし りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米	醤油・料理酒・中華だし 酢・塩・醤油 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	黒糖ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・油・豆乳 ▲牛乳	
27	木	チキンチャップ ブロッコリーサラダ ひじき豆 軟飯 味噌汁	鶏肉 大豆	ブロッコリー・コーン・キャベツ ひじき・人参 玉ねぎ・小松菜	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油・砂糖 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩 だし・醤油・料理酒 だし	ハッピーせんべい お茶	梅わかめお焼き 牛乳	米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳	
28	金	豚丼 切干大根の煮物 味噌汁 ピーチゼリー	豚肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 切干大根・グリーンピース 白菜・わかめ	米・砂糖・でん粉 つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし ピーチゼリー	野菜ハイハイ お茶	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース りんご(缶詰)・油 ▲牛乳	
29	土	チキンポトフ 花野菜サラダ 軟飯	鶏肉・ウインナー	人参・キャベツ・玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・コーン	じゃが芋 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米	チキンコンソメ・塩 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	

栄養価の平均 エネルギー355kcal たんぱく質11.9g 脂質9.9g カルシウム146mg

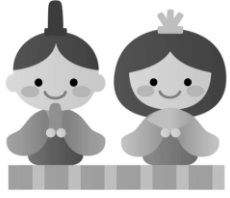
★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

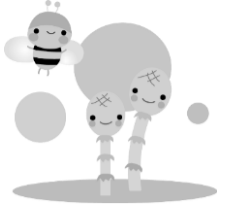
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

* 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。



2025年3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

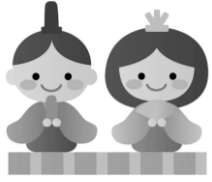
日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
3月		鶏ささみと野菜のとり煮 白菜と小松菜の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 白菜・小松菜 かぼちゃ・青ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	じゃが芋のミルク煮 お茶	じゃが芋 ▲スキムミルク ほうじ茶	
4火		豆腐と野菜のうどん 人参の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・ほうれん草 人参 りんご	うどん・でん粉 砂糖	だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り5倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
5水		鶏肉と野菜の煮物 大根の旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参 大根 玉ねぎ・小松菜	でん粉 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	
6木		豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	白菜・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶	
7金		鶏ささみと野菜の煮物 キャベツとパプリカの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	人参・玉ねぎ キャベツ・赤パプリカ 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	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
10月		鶏肉と人参の煮物 じゃが芋の磯煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 あおさのり 小松菜・大根	でん粉 じゃが芋 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	
11火		白身魚とブロッコリーの煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー かぼちゃ 人参・ほうれん草	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	
12水		豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・ピーマン チンゲン菜・キャベツ	でん粉 さつま芋 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	
13木		鶏ささみと野菜のうどん じゃが芋のミルク煮 白菜とほうれん草の煮浸し	鶏ささみ ▲スキムミルク	玉ねぎ・人参 白菜・ほうれん草	うどん・でん粉 じゃが芋	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	
14金		豆腐と野菜の煮物 大根の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	人参・玉ねぎ 大根 チンゲン菜	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	

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	
17	月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	たら	人参・玉ねぎ 大根・小松菜	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	
18	火	鶏ささみと玉ねぎの磯煮 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・あおさのり 白菜・人参 ほうれん草	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
19	水	豆腐と野菜のうどん 小松菜とキャベツの煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	大根・人参 小松菜・キャベツ バナナ	うどん・でん粉	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	
21	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	玉ねぎ・人参 チンゲン菜	でん粉 じゃが芋 米 そうめん	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	
24	月	鶏ささみと野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	ブロッコリー・玉ねぎ 白菜・小松菜	でん粉 さつま芋 米	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	
25	火	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	人参・キャベツ かぼちゃ 大根・ほうれん草	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	
26	水	豆腐と野菜の煮物 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
27	木	鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーとキャベツの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー・キャベツ 玉ねぎ・小松菜	でん粉 米	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	
28	金	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・人参 ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 そうめん	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	

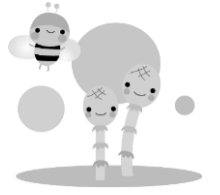
栄養価の平均 エネルギー149kcal たんぱく質7.6g 脂質1.5g カルシウム98mg

★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。



2025年3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

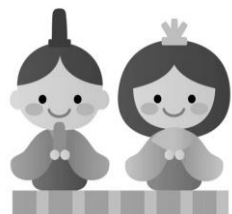
日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
3月		鶏ささみと野菜のとり煮 白菜と小松菜の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 白菜・小松菜 かぼちゃ・青ねぎ	でん粉 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	じゃが芋のミルク煮 お茶	じゃが芋 ▲スキムミルク ほうじ茶	
4火		豆腐と野菜のうどん 人参の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・ほうれん草 人参 りんご	うどん・でん粉 砂糖	だし だし	野菜ハイハイ お茶	みそ入り7倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
5水		鶏肉と野菜の煮物 大根の旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参 大根 玉ねぎ・小松菜	でん粉 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	
6木		豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	白菜・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	でん粉 じゃが芋 米	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶	
7金		鶏ささみと野菜の煮物 キャベツとパプリカの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	人参・玉ねぎ キャベツ・赤パプリカ 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	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
10月		鶏肉と人参の煮物 じゃが芋の磯煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 あおさのり 小松菜・大根	でん粉 じゃが芋 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	
11火		白身魚とブロッコリーの煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー かぼちゃ 人参・ほうれん草	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	
12水		豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・ピーマン チンゲン菜・キャベツ	でん粉 さつま芋 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	
13木		鶏ささみと野菜のうどん じゃが芋のミルク煮 白菜とほうれん草の煮浸し	鶏ささみ ▲スキムミルク	玉ねぎ・人参 白菜・ほうれん草	うどん・でん粉 じゃが芋	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	
14金		豆腐と野菜の煮物 大根の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	人参・玉ねぎ 大根 チンゲン菜	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	

日付	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	
17	月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	たら	人参・玉ねぎ 大根・小松菜	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	
18	火	鶏ささみと玉ねぎの磯煮 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・あおさのり 白菜・人参 ほうれん草	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
19	水	豆腐と野菜のうどん 小松菜とキャベツの煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	大根・人参 小松菜・キャベツ バナナ	うどん・でん粉	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	
21	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	玉ねぎ・人参 チンゲン菜	でん粉 じゃが芋 米 そうめん	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	
24	月	鶏ささみと野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	ブロッコリー・玉ねぎ 白菜・小松菜	でん粉 さつま芋 米	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	
25	火	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	かれい	人参・キャベツ かぼちゃ 大根・ほうれん草	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	
26	水	豆腐と野菜の煮物 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 そうめん	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
27	木	鶏肉と人参の煮物 ブロッコリーとキャベツの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー・キャベツ 玉ねぎ・小松菜	でん粉 米	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	
28	金	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・人参 ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 そうめん	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	

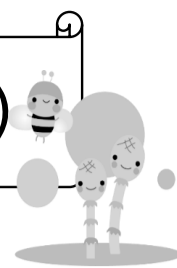
栄養価の平均 エネルギー118kcal たんぱく質6.0g 脂質1.2g カルシウム78mg

★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。



2025年3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
3	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	
4	火	ほうれん草のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		ほうれん草 人参	米	
5	水	大根のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		大根 小松菜	米	
6	木	人参のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		人参 チンゲン菜	米	
7	金	キャベツのペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ		キャベツ かぼちゃ	米	
10	月	小松菜のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		小松菜 大根	米	
11	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	
12	水	さつまいものペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつまいも 米	
13	木	じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋 米	
14	金	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	米	
17	月	じゃが芋のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		小松菜	じゃが芋 米	
18	火	玉ねぎのペースト 人参のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ 人参	米	
19	水	小松菜のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		小松菜 大根	米	
21	金	じゃが芋のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	じゃが芋 米	
24	月	白菜のペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		白菜 小松菜	米	
25	火	白身魚のペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ	かれい	かぼちゃ	米	
26	水	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	米	
27	木	小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 10倍がゆ		小松菜 玉ねぎ	米	
28	金	じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋 米	

栄養価の平均 エネルギー38kcal たんぱく質1.3g 脂質0.4g 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。