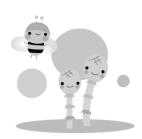


#### 2025年3月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ② の日はお楽しみメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日曜	昼食		主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	đ	おやつ(午後)
4 🖯	但艮	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
	鶏肉と根菜の煮物	鶏肉	大根・人参・さやいんげん	里芋・黒こんにゃく・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	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
	油揚げとキャベツの煮浸し	油揚げ	キャベツ・人参	砂糖	醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
1 土	ごはん			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・青ねぎ		だし			
	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ		油		星たべよ	いちご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー
	小松菜と白菜のお浸し		小松菜・白菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		砂糖・豆乳・いちごジャム・油
3 月	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	おつゆ麩	だし			
	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	カルシウムせんべい	ツナ味噌お焼き	
	シューマイ	肉しゅうまい				お茶		赤みそ・醤油・砂糖
4 火	ふりかけごはん			*	かつおふりかけ		牛乳	▲牛乳
	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	かっぱえびせん	ちんすこう	小麦粉•砂糖
	キャベツのあおさ和え		キャベツ・しめじ・あおさのり	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶		油•塩
5 水	煮豆	大豆	人参・グリンピース	砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ		だし			
	すき焼き風煮	豚肉•焼豆腐	白菜・玉ねぎ・人参	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん		きなこトースト	▲食パン・▲バター
	ちくわとチンゲン菜のお浸し	ちくわ	チンゲン菜・太もやし		醤油・本みりん・だし	お茶		きな粉・砂糖
6 木	ごはん			米			牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	里芋	だし			
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	カレーライス	牛肉	玉ねぎ・人参	米・じゃが芋・油	カレーフレーク		ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー
	キャベツサラダ		キャベツ・コーン・赤ピーマン	マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩	お茶		砂糖・油・豆腐・人参
7 金	フルーツ (バナナ)		バナナ				牛乳	▲牛乳
	豆腐のあんかけ丼	鶏肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし			カルシウムせんべい
	プロッコリーともやしのおかか和え		ブロッコリー・太もやし		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
8 ±	味噌汁	赤みそ・白みそ	えのきたけ・わかめ		だし			
	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		ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー
	ポテトフライ			ポテトフライ・油	温	お茶		▲スキムミルク・砂糖・油
10 月	ひじきサラダ		ひじき・人参・さやいんげん	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん		=	▲ヨーグルト・マーマレード
	ごはん		11.40.44	米	T+3,73044		牛乳	▲牛乳
_	スープ		小松菜・コーン	Thates - ( )(()	チキンコンソメ		- 10 15 - 10 - 1	1" +8++ >+
	白身魚の煮付け	<b>ホキ</b>	しょうが	砂糖・でん粉	醤油・料理酒・和風だし	カルシウムせんべい		じゃが芋・油
	焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		塩・あおさのり
11 火	もやしの赤しそ和え		太もやし・ほうれん草・人参	NZ	ゆかり		牛乳	▲牛乳
	ごはん	+1.7 +1.7	10 to the	米	+,			
+	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ	タラ素面。 カールは ウデオ デオオ	だし	th _ 1-10 10 · · ·	5% L. 1. 11 x . 1 "	A @ 18 \ .
	豚肉のチャプチェ	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン		醤油・本みりん・料理酒	かっぱえびせん	ンヤムサンド	
40 =14	さつま芋の旨煮		エンゲン芸・「美	さつま芋	醤油・本みりん・和風だし	お茶	4 20	いちごジャム
12 水	チンゲン菜と人参の和え物		チンゲン菜・人参 	N/	醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳
	ごはん	京麻 。 キュ・マー たっこつ	まわざ	米	+*1			
1	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	青ねぎ	1" +4++	だし		100 45 1	
$\star$	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		バインケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー
	白菜とほうれん草のサラダ		白菜・太もやし・ほうれん草 	油・砂糖	酢•醤油	お茶	4.50	砂糖・豆乳・油・パイン(缶詰)
13 不	ロールパン		7. +> / //==+>	▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(みかん缶) 		みかん(缶詰)					
	在波克萨	<b>一部・成71 本の内 201 10 38 13 3 4 3 7</b>		3.	探仇,似明海,中共长, 生	±11.5/±1.11.5	1	ツ・1 たす・ちおきのい
	麻婆豆腐	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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩		しゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
., ^	切干大根の中華和え		切干大根・きゅうり・人参 	砂糖・ごま油	選油	お茶	4.1	醤油・油
14 壶	ごはん		エンゲン芸・しめい	米	中華だし、癌やし物		牛乳	▲牛乳
	中華スープ		チンゲン菜・しめじ		中華だし・醤油・塩			
-	フルーツ(りんご缶)	#.#h	りんご(缶詰)	Sels Tals lifet	157)+ + 7.10 / 1017F)**	144-5-1		
	牛肉の五目炒め	牛肉	れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげん	油・砂糖	醤油・本みりん・料理酒			カルシウムせんべい
	かぼちゃの甘煮		かぼちゃ	砂糖		お茶	お茶	ほうじ茶
15 ±	ごはん			米	4-70			
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・太もやし		だし			
	Ì							1

コ 印題	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)	
寸 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
7 月	白身魚フライ マカロニサラダ ウィ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
9 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		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	▲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	やわらかおかき 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	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜	▲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	星たべよお茶	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・豆腐・砂糖 ▲牛乳
25 火	味噌汁 サバの照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 ごはん	油揚げ・赤みそ・白みそ	わかめ ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ	砂糖・油油・砂糖砂糖	だし 醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん	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	スープ 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・デンメンジャン・赤みそ しらす	さやいんげん・大根 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	チキンコンソメ醤油・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		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		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		小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごシュース りんご(缶詰) ・油 ▲牛乳
29 土	チキンボトフ 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 ほうじ茶

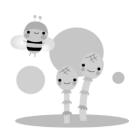
栄養価の平均 エネルギー442kcal たんぱく質13.7g 脂質13.0g カルシウム178mg

★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。

<sup>\*</sup> 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 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	と体内での働き		おやつ(午前)	ð	5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
	鶏肉と根菜の煮物	鶏肉	大根・人参・さやいんげん	里芋・黒こんにゃく・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	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
1 土	油揚げとキャベツの煮浸し ごはん	油揚げ	キャベツ・人参	砂糖米	醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・青ねぎ		だし			
	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ		油		たべっ子ベイビー	いちご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー
	小松菜と白菜のお浸し		小松菜・白菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		砂糖・豆乳・いちごジャム・油
3 月	がんもの煮物 ごはん	がんもどき		砂糖米	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	おつゆ麩	だし			
	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	カルシウムせんべい	ツナ味噌お焼き	米・ツナフレーク・白ごま
	シューマイ	肉しゅうまい				お茶		赤みそ・醤油・砂糖
4 火	ふりかけごはん フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)	*	かつおふりかけ		牛乳	▲牛乳
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	やわらかおかき	ちんすこう	小麦粉•砂糖
	キャベツのあおさ和え		キャベツ・しめじ・あおさのり	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶		油•塩
5 水	煮豆 ごはん	大豆	人参・グリンピース	砂糖 米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ		だし			
	すき焼き風煮	豚肉・焼豆腐	白菜・玉ねぎ・人参	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん		きなこトースト	▲食パン・▲バター
e +	ちくわとチンゲン菜のお浸し	ちくわ	チンゲン菜・太もやし	NZ	醤油・本みりん・だし	お茶	4 図	きな粉・砂糖
り不	ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	米   里芋	だし		牛乳	▲牛乳
	味噌汁 フルーツ (パイン缶)	<i>か</i> か C・ロので	パイン(缶詰)	土ナ	12.0			
	カレーライス	牛肉	玉ねぎ・人参	米・じゃが芋・油	カレーフレーク	カルシウムせんべい	ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー
	キャベツサラダ		キャベツ・コーン・赤ピーマン	マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩	お茶		砂糖・油・豆腐・人参
7 金	フルーツ (バナナ)		バナナ				牛乳	▲牛乳
	豆腐のあんかけ丼	鶏肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	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
	プロッコリーともやしのおかか和え	かつお節	ブロッコリー・太もやし		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
8 ±	味噌汁	赤みそ・白みそ	えのきたけ・わかめ		だし			
	ハンバーグ	ハンバーグ		油ポテトフライ・油	トマトケチャップ・ウスターソース		ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー ▲スキムミルク・砂糖・油
10 月	ポテトフライ ひじきサラダ		ひじき・人参・さやいんげん	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	<sup>塩</sup> 和風だし・醤油・本みりん	お茶		▲ヨーグルト・マーマレード
	ごはん スープ		小松菜・コーン	*	チキンコンソメ		牛乳	▲牛乳
	白身魚の煮付け		しょうが	砂糖・でん粉	醤油・料理酒・和風だし	カルシウムせんべい	のり塩ポテト	じゃが芋・油
	焼かぼちゃ	71. 1	かぼちゃ	油	塩塩塩塩	お茶	OJ・J3皿/N J T	塩・あおさのり
11 火	もやしの赤しそ和え		太もやし・ほうれん草・人参		ゆかり		牛乳	▲牛乳
	ごはん 味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ	*	だし			
	豚肉のチャプチェ	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油		やわらかおかき	ジャムサンド	▲食パン
	さつま芋の旨煮			さつま芋	醤油・本みりん・和風だし	お茶		いちごジャム
12 水	チンゲン菜と人参の和え物		チンゲン菜・人参	l v	醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳
	ごはん	一 京府・夫ファス・ウンフ	まわざ	米	±°1			
<b>A</b>	味噌汁 クリームシチュー	豆腐・赤みそ・白みそ 鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	青ねぎ 人参・玉ねぎ・グリンピース	じゃが芋	だし ▲クリームシチューミックス	たバっヱベノビ	パインケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー
*	クリームシナュー 白菜とほうれん草のサラダ	スティン 一世にはかけい 一人十八二ハン	白菜・太もやし・ほうれん草	油・砂糖	▲グリームシテューミックス	お茶	11177-4	砂糖・豆乳・油・パイン(缶詰)
13 木	ロールパン			▲丸ロールパン	J	3071	牛乳	▲牛乳
	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
	麻婆豆腐	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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	カルシウムせんべい	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	切干大根の中華和え		切干大根・きゅうり・人参	砂糖・ごま油	醤油	お茶		醤油・油
14 金	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		チンゲン菜・しめじ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(りんご缶)	#.#h	りんご(缶詰)	Neb Tilvillet	157)+ + 2 (0 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )			<u> </u>
	牛肉の五目炒め	牛肉	れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげんかばちゃ	油•砂糖	醤油・本みりん・料理酒			カルシウムせんべい
15 +	かぼちゃの甘煮 ごはん		かぼちゃ	砂糖   米		お茶	お茶	ほうじ茶
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・太もやし	48	  だし			
			•	•	•	•		•

- 1999	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)	
寸 日 ヨ 曜	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
7 月	白身魚フライ マカロニサラダ ウィ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	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
9 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		米・納豆・あおさのり 醤油・でん粉・油 ▲牛乳
金 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	▲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	やわらかおかき 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	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜	▲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	たべっ子ベイビー お茶	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・豆腐・砂糖 ▲牛乳
25 火	味噌汁 サバの照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 ごはん	油揚げ・赤みそ・白みそ	わかめ ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ	砂糖・油 油・砂糖 砂糖 米	だし 醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん	カルシウムせんべい お茶	ミルクラスク	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳
26 水	スープ 家常豆腐 しらすと白菜のサラダ ごはん 中華スープ	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそしらす	白菜・人参・レモン果汁わかめ・太もやし	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米	チキンコンソメ         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		小麦粉・ベーキングバウダー 黒砂糖・油・豆乳 ▲牛乳
27 木	フルーツ(りんご缶) 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	りんご(缶詰) 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		米・わかめご飯の素 練り梅 ▲牛乳
金 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		小麦粉・ベーキングバウダー 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 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。

<sup>\*</sup> 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

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)	đ	づやつ(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
	鶏肉と根菜の煮物	鶏肉	大根・人参・さやいんげん	里芋・黒こんにゃく・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
1 土	油揚げとキャベツの煮浸し 軟飯	油揚げ	キャベツ・人参	砂糖米	醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・青ねぎ		だし			
	マッシュパンプキン	マッシュパンプキン		油		野菜ハイハイン	いちご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー
	小松菜と白菜のお浸し		小松菜•白菜•人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		砂糖・豆乳・いちごジャム・油
3 月	がんもの煮物 軟飯	がんもどき		砂糖米	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	おつゆ麩	だし			
	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	ベビーせんべい	ツナ味噌お焼き	米・ツナフレーク・白ごま
	シューマイ	肉しゅうまい				お茶		赤みそ・醤油・砂糖
4 火	軟飯 フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)	*			牛乳	▲牛乳
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	野菜ハイハイン	バナナ	バナナ
	キャベツのあおさ和え		キャベツ・しめじ・あおさのり	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶	ベビーせんべい	ベビーせんべい
5 水	煮豆 軟飯	大豆	人参・グリンピース	砂糖米	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ		だし			
	すき焼き風煮	豚肉•焼豆腐	白菜・玉ねぎ・人参	糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん	ベビーせんべい	きなこトースト	▲食パン・▲バター
6 木	ちくわとチンゲン菜のお浸し 軟飯	ちくわ	チンゲン菜・太もやし	*	醤油・本みりん・だし	お茶	牛乳	きな粉・砂糖 ▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	里芋	だし			
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	肉じゃが	牛肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	野菜ハイハイン	ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー
	キャベツサラダ		キャベツ・コーン・赤ピーマン	マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩	お茶		砂糖・油・豆腐・人参
7金	軟飯 スープ		かぼちゃ	おつゆ麩	だし		牛乳	▲牛乳
	 豆腐のあんかけ丼	鶏肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	野並ハイハイン	野菜ハイハイン
	プロッコリーともやしのおかか和え	かつお節	ブロッコリー・太もやし	76 76 07 476 07 0455	醤油・本みりん・だし			ほうじ茶
8 ±	味噌汁	赤みそ・白みそ	えのきたけ・わかめ		だし			
	ハンバーグ ポテトフライ	ハンバーグ		  油  ポテトフライ・油	トマトケチャップ・ウスターソース 塩	野菜ハイハインお茶		小麦粉・ベーキングパウダー ▲スキムミルク・砂糖・油
10 月	ひじきサラダ 軟飯		ひじき・人参・さやいんげん	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米	和風だし・醤油・本みりん		牛乳	▲ヨーグルト・マーマレード ▲牛乳
	スープ		小松菜・コーン		チキンコンソメ		1 50	_ , , ,
	白身魚の煮付け	<b>ホキ</b>	しょうが	<b>砂糖・でん粉</b>	醤油・料理酒・和風だし	ベビーせんべい	のり塩ポテト	じゃが芋・油
	焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		塩・あおさのり
11 火	もやしの赤しそ和え		太もやし・ほうれん草・人参		ゆかり		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ		だし			
	豚肉のチャプチェ	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン			野菜ハイハイン		
	さつま芋の旨煮			さつま芋	醤油・本みりん・和風だし	お茶		いちごジャム
12 水	チンゲン菜と人参の和え物		チンゲン菜・人参		醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳
	軟飯	三麻 まつつ <i>た</i> つつ	まれず	米	+*1			
	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	青ねぎ	1. ゆれ芋	だし	N" L" -" - " - " - " - " - " - " - " - "	18 15.1	山主松,不仁松,四十十十十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十
*	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	1	ハインケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・パイン(缶詰)
	白菜とほうれん草のサラダ ロールパン		白菜・太もやし・ほうれん草	油・砂糖 ▲丸ロールパン	酢・醤油	お茶	牛乳	● 生乳・油・バイン (缶詰)
· 文	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)				T-£6	<b>→</b> T + 0
		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	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	野菜ハイハイン	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
14 金	切干大根の中華和え		切干大根・きゅうり・人参	砂糖・ごま油 米	醤油	お茶		醤油・油 ▲牛乳
· + 立	中華スープ		チンゲン菜・しめじ		中華だし・醤油・塩		T+6	<u> </u>
	フルーツ(りんご缶)	生肉	りんご(缶詰) れんこん・玉ねぎ・人参・さやいんげん	\h_ <b>万</b> 小半唐	短油・木斗のム・地理等	^ L + 1 ^ 1	軽益ハノハ ノい	取芸 ハ ノ ハ ノ ン
	牛肉の五目炒め かぼちゃの甘煮	十四	かぼちゃ	砂糖	醤油・本みりん・料理酒			野菜ハイハイン ほうじ茶
15 土		+2.2 +2.2	/T = 10 / # + + + + + + + + + + + + + + + + +	米	+			
	味噌汁	赤みそ・白みそ 	ほうれん草・太もやし		だし			

日 曜			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	đ	5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
17. 日	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	たら	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ・ピーマン	砂糖マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用)	醤油・料理酒・だし チキンコンソメ・トマトケチャップ・塩	野菜ハイハイン お茶	きなこ蒸しパン	<ul><li>小麦粉・ベーキングパウダー</li><li>きな粉・砂糖・豆乳・油</li><li>▲牛乳</li></ul>
,,,	軟飯 スープ		わかめ・小松菜	*	チキンコンソメ			
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・グリンピース 白菜・太もやし・しめじ ほうれん草 パイン(缶詰)	来・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	ベビーせんべい 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	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん	野菜ハイハインお茶	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	野菜ハイハインお茶	シュガートースト	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
22 ±	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	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハインお茶	野菜ハイハイン 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	ウインナー	ブロッコリー・玉ねぎ 小松菜・白菜	▲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	野菜ハイハインお茶	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・豆腐・砂糖 ▲牛乳
25 火	味噌汁 白身魚の照焼 ほうれん草サラダ かぼちゃの煮物 軟飯	油揚げ・赤みそ・白みそかれい	わかめ ほうれん草・人参・コーン・キャベツ かぼちゃ	砂糖・油 油・砂糖 砂糖 米	だし 醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん	ベビーせんべい お茶	ミルクラスク	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳
26 水	スープ 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	さやいんげん・大根 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	チキンコンソメ         醤油・料理酒・中華だし         酢・塩・醤油         中華だし・醤油・塩	野菜ハイハインお茶	黒糖ホットケーキ	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 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	ベビーせんべい 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	野菜ハイハインお茶	りんご蒸しパン	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	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハインお茶	野菜ハイハインほうじ茶
<u> </u>		l			1		l	

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

<sup>★</sup>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。

<sup>\*</sup> 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 ▲孚

口曜				料と体内での働き		おやつ(午前)	đ	がつ(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
3 月	鶏ささみと野菜のとろ煮 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	野菜ハイハインお茶	じゃが芋のミルク煮	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	お茶	みそ入り5倍がゆ	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	野菜ハイハインお茶		バナナ 野菜ハイハイン 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	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 キャベツとパブリカの煮浸し 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	お茶	にんじんのスープ煮	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	お茶		りんご 砂糖 野菜ハイハイン 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	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	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		野菜ハイハイン	バナナ 野菜ハイハイン 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	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶

			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	
	白身魚と野菜の煮物	たら	人参・玉ねぎ	でん粉	だし	野菜ハイハイン	きなこ入り5倍がゆ	*	
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	お茶		きな粉	
7 月	5倍がゆ			*		00711	お茶	ほうじ茶	
, ,	スープ		大根•小松菜		  だし		0071	10 J U/K	
	X-7		八恨·小松来						
	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	野菜ハイハイン	蒸さつま芋	さつま芋	
	白菜と人参の煮浸し		白菜・人参		だし	お茶	お茶	ほうじ茶	
8 火	5倍がゆ			米					
	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	大根•人参	うどん・でん粉	だし	野菜ハイハイン	あおさ入り5倍がゆ	米	
	小松菜とキャベツの煮浸し		小松菜・キャベツ		だし	お茶		あおさのり	
9 <b>7</b> K	フルーツ (バナナ)		バナナ				お茶	ほうじ茶	
.51							0071	10.5 6 71.	
_					1-0-1				
	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参	でん粉	だし	野菜ハイハイン	ミルクパンがゆ		
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	お茶		▲スキムミルク	
1 金	5倍がゆ			米			お茶	ほうじ茶	
	スープ		チンゲン菜	そうめん	だし				
	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	ブロッコリー・玉ねぎ	でん粉	だし	野菜ハイハイン	あおさ入り5倍がゆ	*	
	さつま芋の煮物			さつま芋	だし	お茶		あおさのり	
м в	5倍がゆ			*		00711	お茶	ほうじ茶	
- , , ,	スープ		白菜・小松菜		だし		00 X	はりし水	
	X-7				120				
$\top$	白身魚と野菜の煮物	かれい	人参・キャベツ	でん粉	だし	野菜ハイハイン	ミルクパンがゆ	▲食パン	
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし	お茶		▲スキムミルク	
e 117	5倍がゆ		13 18 5 19	<b>米</b>	7.2.0	0071	お茶	ほうじ茶	
50 1			+# UT = 6 / #	*	+·*,		の栄	はりし来	
	スープ		大根・ほうれん草		だし				
+	 豆腐と野菜の煮物	豆腐	 玉ねぎ・赤パプリカ	でん粉	 だし	野草ハイハイン	にんじんのスープ煮	人参	
	白菜と人参の煮浸し		白菜・人参	7,0423	だし	お茶		だし	
L-			ロボ・ハジ	N/		の米	+>++		
心 水	5倍がゆ			*	4-94		お茶	ほうじ茶	
	スープ		チンゲン菜	そうめん	だし				
+	鶏肉と人参の煮物	鶏ひき肉	人参	でん粉	だし	野帯ハイハイン	みそ入り5倍がゆ	*	
		XIII CIVI		(704)			のことへらら言がゆ		
	プロッコリーとキャベツの煮浸し		ブロッコリー・キャベツ		だし	お茶		赤みそ	
7 木	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶	
	スープ		玉ねぎ・小松菜		だし				
+	豆腐と野菜の煮物	豆腐	玉ねぎ・人参	でん粉	」 だし	野菜ハイハイン	りんごのコンポート	りんご	
		179		じゃが芋		お茶		砂糖	
_ ^	じゃが芋の煮物				だし	の余			
8 金	5倍がゆ			*				野菜ハイハイン	
	スープ		ほうれん草	そうめん	だし		お茶	ほうじ茶	

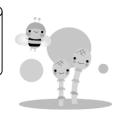
栄養価の平均 エネルギー149kcal たんぱく質7.6g 脂質1.5g カルシウム98mg

\* 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。

<sup>★</sup>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。



# 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			主な材	材料と体内での働き		おやつ(午前)	ā	おやつ(午後)
日曜日日	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
3 月	鶏ささみと野菜のとろ煮 白菜と小松菜の煮浸し 7倍がゆ スープ	彩さらみ	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	野菜ハイハイン お茶	じゃが芋のミルク煮	じゃが芋 ▲スキムミルク ほうじ茶
4 以	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	野菜ハイハインお茶	みそ入りて倍がゆ	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	野菜ハイハインお茶		バナナ 野菜ハイハイン ほうじ茶
6 木	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 て倍がゆ 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	野菜ハイハインお茶	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 で 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	野菜ハイハインお茶	にんじんのスープ煮	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	野菜ハイハインお茶	りんごのコンポート 野菜ハイハイン お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイン ほうじ茶
11 以	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	野菜ハイハインお茶	あおさじゃが お茶	じゃが芋 あおさのり ほうじ茶
12 <b>]</b>	豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 く 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	野菜ハイハインお茶	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	<ul><li>玉ねぎ・人参</li><li>白菜・ほうれん草</li></ul>	うどん・でん粉 じゃが芋	だしだし	野菜ハイハインお茶		バナナ 野菜ハイハイン 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	野菜ハイハインお茶	しらす入り7倍がゆ	米 しらす ほうじ茶

	望		主な材	料と体内での働き		おやつ(午前)	ð	5やつ(午後)
日 B 付 E	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
17 <b>J</b>	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	野菜ハイハインお茶	きなこ入り7倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶
ر 18	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	野菜ハイハインお茶	蒸さつま芋お茶	さつま芋ほうじ茶
19 <b>7</b>	豆腐と野菜のうどん 小松菜とキャベツの煮浸し K 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	野菜ハイハインお茶	あおさ入り7倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
21 🕏	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 む 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	野菜ハイハインお茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
24 <b>f</b>	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	野菜ハイハインお茶	あおさ入り7倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
25 J	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 て倍がゆ 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	野菜ハイハインお茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
26 Z	豆腐と野菜の煮物 白菜と人参の煮浸し ド 7倍がゆ スープ	豆腐	<ul><li>玉ねぎ・赤パプリカ</li><li>白菜・人参</li><li>チンゲン菜</li></ul>	でん粉 米 そうめん	だしだし	野菜ハイハインお茶	にんじんのスープ煮	人参 だし ほうじ茶
27 7	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 *	だしだし	野菜ハイハインお茶	みそ入り7倍がゆお茶	米 赤みそ ほうじ茶
28 🕏	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 さ 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	野菜ハイハインお茶	りんごのコンボート 野菜ハイハイン お茶	りんご 砂糖 野菜ハイハイン 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

●卯 ▲乳

	맫			主な材料と	体内での働き	
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
3	月	かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ		かぼちゃ 小松菜	*	
4	火	ほうれん草のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		ほうれん草 人参	*	
5	水	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	*	
6	木	人参のペースト チンゲン菜のペースト 1 O倍がゆ		人参 チンゲン菜	*	
7	金	キャベツのペースト かぼちゃのペースト 1 O倍がゆ		キャベツ かぼちゃ	*	
10	月	小松菜のペースト 大根のペースト 1 O倍がゆ		小松菜 大根	*	
11	火	白身魚のペースト ほうれん草のペースト 1 O倍がゆ	かれい	ほうれん草	*	
12	水	さつま芋のペースト チンゲン菜のペースト 1 O倍がゆ		チンゲン菜	さつま芋	
13	木	じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 1 O倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋	
14	金	豆腐のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ	豆腐	人参	*	
17	月	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	
18	火	玉ねぎのペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		玉ねぎ 人参	*	
19	水	小松菜のペースト 大根のペースト 1 O倍がゆ		小松菜 大根	*	
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	*	
25	: 1	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	*	
26	水	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	*	
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	*	
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	
_			•		:ルギー38kcal たんぱく質1.3g	15年0.4g カルシウム2.4mg

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