



# 2024年4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月	そぼろ丼 キャベツとほうれん草の和え物 味噌汁 フルーツ(黄桃)	鶏ひき肉・大豆たんぱく 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ほうれん草 かぼちゃ・青ねぎ 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	しらす&わかめせんべい 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	
2火	タラの旨煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え 揚げじゃが ごはん 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布 ドライパセリ わかめ	砂糖 じゃが芋・油 米	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・レーズン・油 ▲牛乳	
3水	鶏肉の塩こうじ焼き ツナサラダ かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	コーン・ブロッコリー・人参 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ	油 油・砂糖 砂糖 米	塩こうじ 酢・醤油 だし	小魚せんべい お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳	
4木	けんちんうどん 平天と野菜の炒め物 ふりかけごはん フルーツ(りんご缶)	生揚げ さつま揚げ かつおふりかけ	大根・ごぼう・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・人参・ほうれん草 りんご(缶詰)	うどん 油 米	だし・醤油・本みりん・塩 チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい 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	
5金	カレーライス ツナとブロッコリーのサラダ フルーツ(みかん缶)	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・もやし・コーン みかん(缶詰)	米・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク 塩	カルシウムせんべい お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
6土	鶏肉と野菜のあんかけ丼 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・白菜・赤ピーマン・生しいたけ チンゲン菜・人参 大根・青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい 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	
8月	牛肉コロッケ ウィンナーと野菜のソテー キャベツのゆかり和え ごはん スープ	ウィンナー	玉ねぎ・コーン・さやいんげん キャベツ・人参 ほうれん草・大根	▲牛肉コロッケ・油 油 米	チキンコンソメ ゆかり チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい お茶	わかめおにぎり 牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	
9火	白身魚のマヨネーズソース 白菜と小松菜の和え物 揚さつま芋 ごはん 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	白菜・小松菜・人参 玉ねぎ・しめじ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋・油 米	塩 醤油・本みりん・だし だし	カルシウムせんべい 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	
10水	麻婆豆腐 シューマイ ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 肉しゅうまい	しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参・青ねぎ チンゲン菜・人参 りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	小魚せんべい 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	
11木	ナポリタンスパゲティ ブロッコリーとわかめのサラダ ロールパン スープ	ウィンナー	玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・白菜・赤ピーマン・わかめ 小松菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン じゃが芋	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい 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	
12金	鶏肉の揚げ煮 ひじきサラダ 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ひじき・人参・コーン かぼちゃ 玉ねぎ	でん粉・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・本みりん だし	カルシウムせんべい お茶	豆腐クッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳	
13土	豚肉と根菜の煮物 キャベツときゅうりの梅風味和え ごはん 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	ごぼう・人参・れんこん・グリーンピース きゅうり・キャベツ・練り梅 太もやし・小松菜	黒こんにゃく・砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい 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	
15月	肉団子の照り煮 切干大根サラダ あおさじゃが ごはん 味噌汁	チキンボール 赤みそ・白みそ	しょうが 切干大根・ほうれん草・人参 あおさのり わかめ	油・砂糖・でん粉 砂糖・油 じゃが芋 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん 塩 だし	しらす&わかめせんべい お茶	オレンジかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲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	
16	火	白身魚の味噌煮 小松菜とキャベツのごま和え ビーフソテー ごはん すまし汁	たら・赤みそ	しょうが 小松菜・キャベツ・人参 赤ピーマン・ピーマン・玉ねぎ 大根・青ねぎ	砂糖 白ごま ビーフン・油 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし 中華だし・塩 だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 油・塩 ▲牛乳	
17	水	醤油ラーメン れんこんきんぴら わかめごはん フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・太もやし れんこん・さやいんげん わかめご飯の素 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒	小魚せんべい お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
18	木	クリームシチュー しらすサラダ コーンピラフ ブルーベリーゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク しらす	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン・レモン果汁 コーン	じゃが芋・油 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 ブルーベリーゼリー	しらす&わかめせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
19	金	中華丼 厚揚げと里芋の味噌煮 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉 生揚げ・赤みそ	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・大根 りんご(缶詰)	米・油・でん粉 里芋・砂糖	中華だし・醤油・塩 だし・本みりん 中華だし・醤油・塩	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 砂糖・▲低脂肪乳 ▲チーズ・油 ▲牛乳	
20	土	すき焼き風煮 チンゲン菜と白菜のお浸し ごはん 味噌汁	牛肉・焼豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・生しいたけ チンゲン菜・白菜 わかめ	油・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 米 さつま芋	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい 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	白身魚フライ ブロッコリーのごま和え ひじきと高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	白身魚フライ 高野豆腐 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・キャベツ ひじき・人参 小松菜	油 白ごま 油・砂糖 米 お豆腐	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒 だし	しらす&わかめせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲スキムミルク ▲バター・油 ▲低脂肪乳・砂糖 ▲牛乳	
23	火	五目うどん レンコンと平天のごま炒め ゆかりごはん フルーツ(みかん缶)	豚肉・生揚げ さつま揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 れんこん・赤ピーマン・さやいんげん みかん(缶詰)	うどん 油・砂糖・白ごま 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 ゆかり	カルシウムせんべい お茶	豆腐マフィン 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・油 豆腐・砂糖 ▲牛乳	
24	水	タラの甘辛焼 ほうれん草とえのきのお浸し 煮豆 ごはん すまし汁	たら 大豆	ほうれん草・太もやし・えのきたけ 人参 大根・わかめ	砂糖・油 白ごま 黒こんにゃく・砂糖 米	醤油・料理酒 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・醤油・塩	小魚せんべい 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	
25	木	鶏肉のごま味噌がらめ 小松菜とキャベツのしらす和え 揚げかぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉・赤みそ しらす 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ・人参	でん粉・油・砂糖・白ごま 油 米	醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	しらす&わかめせんべい お茶	アップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・りんご(缶詰) ▲牛乳	
26	金	ハヤシライス ツナとポテトのサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン バナナ	米・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 塩	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	
27	土	豆腐のあんかけ丼 さつま芋の甘煮 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・玉ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖	醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい 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	
30	火	ハンバーグ ポテトフライ ほうれん草サラダ ごはん スープ	ハンバーグ	ほうれん草・キャベツ・人参 わかめ・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・オリーブ油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・塩 チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	おかかおにぎり 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳	

栄養価の平均 エネルギー449kcal たんぱく質14.2g 脂質12.0g カルシウム193mg

★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4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	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	献立	献立	材料	
1月	そぼろ丼 キャベツとほうれん草の和え物 味噌汁 フルーツ(黄桃)	鶏ひき肉・大豆たんぱく 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ほうれん草 かぼちゃ・青ねぎ 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	しらす&わかめせんべい 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	
2火	タラの旨煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え 揚げじゃが ごはん 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布 ドライパセリ わかめ	砂糖 じゃが芋・油 米	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・レーズン・油 ▲牛乳	
3水	鶏肉の塩こうじ焼き ツナサラダ かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	コーン・ブロッコリー・人参 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ	油 油・砂糖 砂糖 米	塩こうじ 酢・醤油 だし	小魚せんべい お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳	
4木	けんちんうどん 平天と野菜の炒め物 ふりかけごはん フルーツ(りんご缶)	生揚げ さつま揚げ かつおふりかけ	大根・ごぼう・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・人参・ほうれん草 りんご(缶詰)	うどん 油 米	だし・醤油・本みりん・塩 チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい お茶	豚ねぎお焼き 牛乳	米・てん粉・醤油 豚ひき肉・青ねぎ・ごま油 ▲牛乳	
5金	カレーライス ツナとブロッコリーのサラダ フルーツ(みかん缶)	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・もやし・コーン みかん(缶詰)	米・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク 塩	カルシウムせんべい お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳	
6土	鶏肉と野菜のあんかけ丼 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・白菜・赤ピーマン・生しいたけ チンゲン菜・人参 大根・青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい 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	
8月	牛肉コロッケ ウィンナーと野菜のソテー キャベツのゆかり和え ごはん スープ	ウィンナー	玉ねぎ・コーン・さやいんげん キャベツ・人参 ほうれん草・大根	▲牛肉コロッケ・油 油 米	チキンコンソメ ゆかり チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい お茶	わかめおにぎり 牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	
9火	白身魚のマヨネーズソース 白菜と小松菜の和え物 揚さつま芋 ごはん 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	白菜・小松菜・人参 玉ねぎ・しめじ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋・油 米	塩 醤油・本みりん・だし だし	カルシウムせんべい 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	
10水	麻婆豆腐 シューマイ ごはん 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 肉しゅうまい	しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参・青ねぎ チンゲン菜・人参 りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	小魚せんべい 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	
11木	ナポリタンスパゲティ ブロッコリーとわかめのサラダ ロールパン スープ	ウィンナー	玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・白菜・赤ピーマン・わかめ 小松菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン じゃが芋	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	しらす&わかめせんべい 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	
12金	鶏肉の揚げ煮 ひじきサラダ 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ひじき・人参・コーン かぼちゃ 玉ねぎ	でん粉・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	醤油・本みりん・だし 和風だし・醤油・本みりん だし	カルシウムせんべい お茶	豆腐クッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳	
13土	豚肉と根菜の煮物 キャベツときゅうりの梅風味和え ごはん 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	ごぼう・人参・れんこん・グリーンピース きゅうり・キャベツ・練り梅 太もやし・小松菜	黒こんにゃく・砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい 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	
15月	肉団子の照り煮 切干大根サラダ あおさじゃが ごはん 味噌汁	チキンボール 赤みそ・白みそ	しょうが 切干大根・ほうれん草・人参 あおさのり わかめ	油・砂糖・でん粉 砂糖・油 じゃが芋 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん 塩 だし	しらす&わかめせんべい お茶	オレンジかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲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	
16	火	白身魚の味噌煮 小松菜とキャベツのごま和え ビーフンソテー ごはん すまし汁	たら・赤みそ	しょうが 小松菜・キャベツ・人参 赤ピーマン・ピーマン・玉ねぎ 大根・青ねぎ	砂糖 白ごま ビーフン・油 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし 中華だし・塩 だし・醤油・塩	カルシウムせんべい お茶	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 油・塩 ▲牛乳	
17	水	醤油ラーメン れんこんきんぴら わかめごはん フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・太もやし れんこん・さやいんげん わかめご飯の素 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒	小魚せんべい お茶	じゃこお焼き 牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳	
18	木	クリームシチュー しらすサラダ コーンピラフ ブルーベリーゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク しらす	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン・レモン果汁 コーン	じゃが芋・油 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 ブルーベリーゼリー	しらすわかめせんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
19	金	中華丼 厚揚げと里芋の味噌煮 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉 生揚げ・赤みそ	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・大根 りんご(缶詰)	米・油・でん粉 里芋・砂糖	中華だし・醤油・塩 だし・本みりん 中華だし・醤油・塩	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 砂糖・▲低脂肪乳 ▲チーズ・油 ▲牛乳	
20	土	すき焼き風煮 チンゲン菜と白菜のお浸し ごはん 味噌汁	牛肉・焼豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・生しいたけ チンゲン菜・白菜 わかめ	油・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 米 さつま芋	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい 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	白身魚フライ ブロッコリーのごま和え ひじきと高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	白身魚フライ 高野豆腐 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・キャベツ ひじき・人参 小松菜	油 白ごま 油・砂糖 米 お豆腐	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒 だし	しらすわかめせんべい お茶	ミルククッキー 牛乳	小麦粉・▲スキムミルク ▲バター・油 ▲低脂肪乳・砂糖 ▲牛乳	
23	火	五目うどん レンコンと平天のごま炒め ゆかりごはん フルーツ(みかん缶)	豚肉・生揚げ さつま揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 れんこん・赤ピーマン・さやいんげん みかん(缶詰)	うどん 油・砂糖・白ごま 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 ゆかり	カルシウムせんべい お茶	豆腐マフィン 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・油 豆腐・砂糖 ▲牛乳	
24	水	タラの甘辛焼 ほうれん草とえのきのお浸し 煮豆 ごはん すまし汁	たら 大豆	ほうれん草・太もやし・えのきたけ 人参 大根・わかめ	砂糖・油 白ごま 黒こんにゃく・砂糖 米	醤油・料理酒 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・醤油・塩	小魚せんべい 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	
25	木	★鶏肉のごま味噌がらめ 小松菜とキャベツのしらす和え 揚げかぼちゃ ごはん 味噌汁	鶏肉・赤みそ しらす 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ・人参	でん粉・油・砂糖・白ごま 油 米	醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	しらすわかめせんべい お茶	アップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・りんご(缶詰) ▲牛乳	
26	金	ハヤシライス ツナとポテトのサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン バナナ	米・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 塩	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	
27	土	豆腐のあんかけ丼 さつま芋の甘煮 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・玉ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖	醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい 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	
30	火	ハンバーグ ポテトフライ ほうれん草サラダ ごはん スープ	ハンバーグ	ほうれん草・キャベツ・人参 わかめ・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・オリーブ油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・塩 チキンコンソメ	カルシウムせんべい お茶	おかかおにぎり 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳	

栄養価の平均 エネルギー449kcal たんぱく質14.2g 脂質12.0g カルシウム193mg

★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4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	
1月	そぼろ丼 キャベツとほうれん草の和え物 味噌汁 フルーツ(黄桃)	鶏ひき肉・大豆たんぱく 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ほうれん草 かぼちゃ・青ねぎ 黄桃(缶詰)	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	野菜ハイハイ お茶	5人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	
2火	タラの旨煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え 揚げじゃが 軟飯 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布 ドライパセリ わかめ	砂糖 じゃが芋・油 米	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし	小魚せんべい お茶	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・レーズン・油 ▲牛乳	
3水	鶏肉の塩こうじ焼き ツナサラダ かぼちゃの甘煮 軟飯 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	コーン・ブロッコリー・人参 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ	油 油・砂糖 砂糖 米	塩こうじ 酢・醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳	
4木	けんちんうどん 平天と野菜の炒め物 軟飯 フルーツ(りんご缶)	生揚げ さつま揚げ	大根・ごぼう・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・人参・ほうれん草 りんご(缶詰)	うどん 油 米	だし・醤油・本みりん・塩 チキンコンソメ	小魚せんべい 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	
5金	豚じゃが ツナとブロッコリーのサラダ 軟飯 スープ	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・もやし・コーン 玉ねぎ・小松菜	じゃが芋・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・料理酒 塩 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	
6土	鶏肉と野菜のあんかけ丼 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・白菜・赤ピーマン・生しいたけ チンゲン菜・人参 大根・青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい お茶	しらすわかめせんべい お茶	しらすわかめせんべい ほうじ茶	
8月	マッシュポテト ウインナーと野菜のソテー キャベツのゆかり和え 軟飯 スープ	ウインナー	玉ねぎ・コーン・さやいんげん キャベツ・人参 ほうれん草・大根	▲マッシュポテト・油 油 米	チキンコンソメ ゆかり チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	わかめ入り軟飯 牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	
9火	白身魚のマヨネーズソース 白菜と小松菜の和え物 揚さつま芋 軟飯 味噌汁	ホキ 赤みそ・白みそ	白菜・小松菜・人参 玉ねぎ・しめじ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) さつま芋・油 米	塩 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい 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	
10水	麻婆豆腐 シューマイ 軟飯 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 肉しゅうまい	しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参・青ねぎ チンゲン菜・人参 りんご(缶詰)	油・砂糖・でん粉 米	醤油・料理酒・中華だし・塩 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイ 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	
11木	ナポリタンスパゲティ ブロッコリーとわかめのサラダ ロールパン スープ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・白菜・赤ピーマン・わかめ 小松菜	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン じゃが芋	トマトケチャップ・チキンコンソメ 酢・塩 チキンコンソメ	小魚せんべい お茶	ツパ味噌お焼き 牛乳	米・ツナフレーク・白ごま 赤みそ・醤油・砂糖 ▲牛乳	
12金	鶏肉の煮物 ひじきサラダ 焼かぼちゃ 軟飯 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ひじき・人参・コーン かぼちゃ 玉ねぎ	砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・本みりん だし	野菜ハイハイ お茶	豆腐クッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳	
13土	豚肉と根菜の煮物 キャベツときゅうりの梅風味和え 軟飯 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	ごぼう・人参・れんこん・グリーンピース きゅうり・キャベツ・練り梅 太もやし・小松菜	黒こんにゃく・砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい お茶	しらすわかめせんべい お茶	しらすわかめせんべい ほうじ茶	
15月	肉団子の照り煮 切干大根サラダ あおさじゃが 軟飯 味噌汁	チキンボール 赤みそ・白みそ	しょうが 切干大根・ほうれん草・人参 あおさのり わかめ	油・砂糖・でん粉 砂糖・油 じゃが芋 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん 醤油・酢・本みりん 塩 だし	野菜ハイハイ お茶	オレンジかん しらすわかめせんべい 牛乳	寒天・オレンジジュース 砂糖 しらすわかめせんべい ▲牛乳	

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	
16	火	白身魚の味噌煮 小松菜とキャベツのごま和え ビーフンソテー 軟飯 すまし汁	たら・赤みそ	しょうが 小松菜・キャベツ・人参 赤ピーマン・ピーマン・玉ねぎ 大根・青ねぎ	砂糖 白ごま ビーフン・油 米	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし 中華だし・塩 だし・醤油・塩	小魚せんべい お茶	蒸さつま芋 牛乳	さつま芋 ▲牛乳	
17	水	醤油ラーメン れんこんきんぴら 軟飯 フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・太もやし れんこん・さやいんげん 黄桃(缶詰)	中華麺・油・ごま油 つきこんにゃく・油・砂糖 米	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒	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	
18	木	クリームシチュー しらすサラダ 軟飯 ブルーベリーゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク しらす	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン・レモン果汁	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 米	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油 ブルーベリーゼリー	小魚せんべい お茶	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳	
19	金	中華丼 厚揚げと里芋の味噌煮 中華スープ フルーツ(りんご缶)	豚肉 生揚げ・赤みそ	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・大根 りんご(缶詰)	米・油・でん粉 里芋・砂糖	中華だし・醤油・塩 だし・本みりん 中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	ごろごろチーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・▲低脂肪乳 ▲チーズ・油 ▲牛乳	
20	土	すき焼き風煮 チンゲン菜と白菜のお浸し 軟飯 味噌汁	牛肉・焼豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・生しいたけ チンゲン菜・白菜 わかめ	油・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 米 さつま芋	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	小魚せんべい お茶	しらすわかめせんべい お茶	しらすわかめせんべい ほうじ茶	
22	月	白身魚の煮つけ ブロッコリーのごま和え ひじきと高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁	かれい 高野豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが ブロッコリー・キャベツ ひじき・人参 小松菜	砂糖 白ごま 油・砂糖 米 おつゆ麩	だし・醤油・料理酒 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	蒸さつま芋 牛乳	さつま芋 ▲牛乳	
23	火	五目うどん レンコンと平天のごま炒め 軟飯 フルーツ(みかん缶)	豚肉・生揚げ さつま揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 れんこん・赤ピーマン・さやいんげん みかん(缶詰)	うどん 油・砂糖・白ごま 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒	小魚せんべい お茶	豆腐マフィン 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・油 豆腐・砂糖 ▲牛乳	
24	水	タラの甘辛焼 ほうれん草とえのきのお浸し 煮豆 軟飯 すまし汁	たら 大豆	ほうれん草・太もやし・えのきたけ 人参 大根・わかめ	砂糖・油 白ごま 黒こんにゃく・砂糖 米	醤油・料理酒 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・醤油・塩	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	
25	木	鶏肉のごま味噌がらめ 小松菜と白菜のしらす和え 揚げかぼちゃ 軟飯 味噌汁	鶏肉・赤みそ しらす 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ・人参	でん粉・油・砂糖・白ごま 油 米	醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・和風だし 塩 だし	小魚せんべい お茶	アップルケーキ 牛乳	小麦粉・でん粉 ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・りんご(缶詰) ▲牛乳	
26	金	ハヤシライス ツナとポテトのサラダ フルーツ(バナナ)	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン バナナ	米・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 塩	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	
27	土	豆腐のあんかけ丼 さつま芋の甘煮 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・玉ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖	醤油・本みりん・和風だし だし	小魚せんべい お茶	しらすわかめせんべい お茶	しらすわかめせんべい ほうじ茶	
30	火	ハンバーグ ポテトフライ ほうれん草サラダ 軟飯 スープ	ハンバーグ	ほうれん草・キャベツ・人参 わかめ・コーン	油 ポテトフライ・油 砂糖・オリーブ油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・塩 チキンコンソメ	小魚せんべい お茶	おかか入り軟飯 牛乳	米・かつお節 醤油 ▲牛乳	

栄養価の平均 エネルギー367kcal たんぱく質12.4g 脂質9.8g カルシウム164mg

★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4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	
1	月	鶏ささみと野菜のとう煮 キャベツとほうれん草の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 キャベツ・ほうれん草 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	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
2	火	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 豆腐	チンゲン菜・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	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
3	水	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ブロッコリー・人参 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ	でん粉 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	木	鶏ささみと野菜のうどん ほうれん草と玉ねぎの煮浸し りんごのコンポート	鶏ささみ	大根・人参 ほうれん草・玉ねぎ りんご	うどん・でん粉 砂糖	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	
5	金	鶏肉と野菜のとう煮 ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー 玉ねぎ・小松菜	じゃが芋・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	
8	月	鶏ささみと野菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・人参 ほうれん草・大根	でん粉 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	
9	火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	たら	白菜・人参 玉ねぎ・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	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	
10	水	鶏肉と人参の煮物 チンゲン菜と玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 玉ねぎ・チンゲン菜 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	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
11	木	豆腐と野菜のうどん ブロッコリーと白菜の煮浸し じゃが芋の煮物	豆腐	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・白菜	うどん・でん粉 じゃが芋	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	
12	金	鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ ほうれん草	でん粉 米 そうめん	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	
15	月	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の磯煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ブロッコリー・人参 あおさのり ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃの甘煮 お茶	かぼちゃ 砂糖 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	
16	火	白身魚と野菜の煮物 小松菜と玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ スープ	たら	キャベツ・人参 小松菜・玉ねぎ  大根・青ねぎ	でん粉  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	
17	水	鶏ささみと野菜のうどん 人参の煮物 りんごのコンポート	鶏ささみ	玉ねぎ・チンゲン菜 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	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
18	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	玉ねぎ・人参  キャベツ・ほうれん草	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	
19	金	鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	白菜・人参  小松菜・大根	でん粉 さつま芋 米	だし だし  だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃの甘煮 お茶	かぼちゃ 砂糖 ほうじ茶	
22	月	白身魚と野菜の煮物 人参の旨煮 5倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー・キャベツ 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	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
23	火	豆腐と野菜のうどん チンゲン菜とパプリカの煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	大根・人参 チンゲン菜・赤パプリカ バナナ	うどん・でん粉	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	
24	水	白身魚とブロッコリーの煮物 ほうれん草と玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ スープ	たら	ブロッコリー ほうれん草・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	あおさ入り5倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
25	木	鶏ささみとかぼちゃの煮物 小松菜とキャベツの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	かぼちゃ 小松菜・キャベツ  玉ねぎ・人参	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	
26	金	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋のミルク煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉 ▲スキムミルク	玉ねぎ・人参  ブロッコリー	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	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	
30	火	鶏肉と野菜のとろ煮 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参  ほうれん草	でん粉 じゃが芋 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	

栄養価の平均 エネルギー149kcal たんぱく質8.0g 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4月度 きたばたけ保育園 中期メニュー(7~8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	
1	月	鶏ささみと野菜のとう煮 キャベツとほうれん草の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 キャベツ・ほうれん草 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	にんじんのスープ煮 お茶	人参 だし ほうじ茶	
2	火	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 豆腐	チンゲン菜・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	バナナ 野菜ハイハイ お茶	バナナ 野菜ハイハイ ほうじ茶	
3	水	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ブロッコリー・人参 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ	でん粉 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	木	鶏ささみと野菜のうどん ほうれん草と玉ねぎの煮浸し りんごのコンポート	鶏ささみ	大根・人参 ほうれん草・玉ねぎ りんご	うどん・でん粉 砂糖	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	
5	金	鶏肉と野菜のとう煮 ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー 玉ねぎ・小松菜	じゃが芋・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	
8	月	鶏ささみと野菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・人参 ほうれん草・大根	でん粉 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	
9	火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	たら	白菜・人参 玉ねぎ・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	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	
10	水	鶏肉と人参の煮物 チンゲン菜と玉ねぎの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 玉ねぎ・チンゲン菜 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	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
11	木	豆腐と野菜のうどん ブロッコリーと白菜の煮浸し じゃが芋の煮物	豆腐	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・白菜	うどん・でん粉 じゃが芋	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	
12	金	鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ ほうれん草	でん粉 米 そうめん	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	
15	月	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の磯煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	ブロッコリー・人参 あおさのり ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃの甘煮 お茶	かぼちゃ 砂糖 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	
16	火	白身魚と野菜の煮物 小松菜と玉ねぎの煮浸し 7倍がゆ スープ	たら	キャベツ・人参 小松菜・玉ねぎ  大根・青ねぎ	でん粉  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	
17	水	鶏ささみと野菜のうどん 人参の煮物 りんごのコンポート	鶏ささみ	玉ねぎ・チンゲン菜 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	あおさ入り7倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
18	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	玉ねぎ・人参  キャベツ・ほうれん草	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	
19	金	鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	白菜・人参  小松菜・大根	でん粉 さつま芋 米	だし だし  だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃの甘煮 お茶	かぼちゃ 砂糖 ほうじ茶	
22	月	白身魚と野菜の煮物 人参の旨煮 7倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー・キャベツ 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	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
23	火	豆腐と野菜のうどん チンゲン菜とパプリカの煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	大根・人参 チンゲン菜・赤パプリカ バナナ	うどん・でん粉	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	
24	水	白身魚とブロッコリーの煮物 ほうれん草と玉ねぎの煮浸し 7倍がゆ スープ	たら	ブロッコリー ほうれん草・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	あおさ入り7倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
25	木	鶏ささみとかぼちゃの煮物 小松菜とキャベツの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	かぼちゃ 小松菜・キャベツ  玉ねぎ・人参	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	
26	金	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋のミルク煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉 ▲スキムミルク	玉ねぎ・人参  ブロッコリー	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	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	
30	火	鶏肉と野菜のとろ煮 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参  ほうれん草	でん粉 じゃが芋 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	

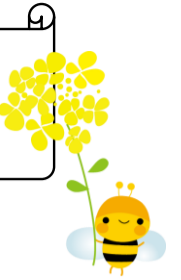
栄養価の平均 エネルギー114kcal たんぱく質6.2g 脂質1.0g カルシウム72mg

★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4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	月	かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		かぼちゃ ほうれん草	米	
2	火	チンゲン菜のペースト じゃが芋のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	じゃが芋 米	
3	水	小松菜のペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ		小松菜 かぼちゃ	米	
4	木	大根のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		大根 ほうれん草	米	
5	金	人参のペースト じゃが芋のペースト 10倍がゆ		人参	じゃが芋 米	
8	月	玉ねぎのペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		玉ねぎ ブロッコリー	米	
9	火	小松菜のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		小松菜 人参	米	
10	水	チンゲン菜のペースト キャベツのペースト 10倍がゆ		チンゲン菜 キャベツ	米	
11	木	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	米	
12	金	かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		かぼちゃ ほうれん草	米	
15	月	ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト 10倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
16	火	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	
17	水	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	
18	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	
19	金	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	
22	月	キャベツのペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		キャベツ ブロッコリー	米	
23	火	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	米	
24	水	ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 10倍がゆ		ほうれん草 玉ねぎ	米	
25	木	小松菜のペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ		小松菜 かぼちゃ	米	
26	金	玉ねぎのペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		玉ねぎ ブロッコリー	米	
30	火	人参のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		人参 ほうれん草	米	

栄養価の平均 エネルギー35kcal たんぱく質1.1g 脂質0.2g カルシウム20mg

★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。