

# 2024年8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	木	白身魚の蒲焼風 キャベツの塩昆布和え 里芋の煮物 ごはん 味噌汁	たら  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・人参・塩昆布 グリーンピース  小松菜	でん粉・油・砂糖  里芋・砂糖 米	料理酒・醤油・本みりん  和風だし・醤油・料理酒  だし	星たべよ お茶	わかめおにぎり  牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	
2	金	鶏肉と根菜の煮物 ブロッコリーのゆかり和え ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	鶏肉  赤みそ・白みそ	大根・れんこん・人参・さやいんげん ブロッコリー・コーン  わかめ・玉ねぎ みかん(缶詰)	黒こんにゃく・油・砂糖  米	だし・醤油・料理酒 ゆかり  だし	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	
3	土	チャンポン麺 キャベツとチンゲン菜のツナ和え 菜めしごはん	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・白菜・青ねぎ キャベツ・チンゲン菜 菜めしの素	中華麺・油  米	塩・中華だし・豚骨ラーメンスープ 醤油・本みりん・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	
5	月	ハンバーグ ポテトフライ ブロッコリーサラダ ごはん スープ	ハンバーグ   ほうれん草・玉ねぎ	ブロッコリー・人参・コーン   ほうれん草・玉ねぎ	油 ポテトフライ・油 砂糖・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・醤油  チキンコンソメ	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	
6	火	サバの味噌煮 焼かぼちゃ オクラとキャベツのおかか和え ごはん すまし汁	さば・赤みそ かつお節	しょうが かぼちゃ オクラ・キャベツ・人参  大根・わかめ	砂糖 油  米	醤油・本みりん・料理酒  醤油・本みりん・和風だし  だし・醤油・塩	カルシウムせんべい 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	
7	水	鶏肉の揚げ煮 花野菜のお浸し 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 高野豆腐  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・カリフラワー・人参 さやいんげん  ほうれん草	でん粉・油・砂糖  黒こんにゃく・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒  だし	かっぱえびせん お茶	きなこトースト  牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
8	木	きつねうどん 白菜と小松菜の梅風味和え ふりかけごはん フルーツ(パイン缶)	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布 白菜・小松菜・人参・練り梅  パイン(缶詰)	うどん  米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・和風だし かつおふりかけ	星たべよ 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	金	ポークカレー コーンサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参 コーン・キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン バナナ	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	ぶどうかん  牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳	
10	土	和風あんかけ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚肉・ちくわ 油揚げ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・さやいんげん チンゲン菜・干しいたけ 青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖 さつま芋	和風だし・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	
16	金	白身魚フライ マカロニサラダ ウインナーピーンズ 菜めしごはん スープ	白身魚フライ ウインナー・大豆	ミックスベジタブル 玉ねぎ 菜めしの素 小松菜・人参	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)  米	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	昆布おにぎり  牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
17	土	しらすチャーハン かぼちゃの煮物 中華スープ	しらす	チンゲン菜・人参・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・干しいたけ	米・油 砂糖	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 中華だし・醤油・塩	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	
19	月	牛肉コロッケ おかかサラダ ひじきの煮物 ごはん 味噌汁	かつお節  赤みそ・白みそ	きゅうり・ブロッコリー・玉ねぎ・コーン ひじき・人参・グリーンピース  ほうれん草	▲牛肉コロッケ・油 油・砂糖 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒  だし	星たべよ お茶	ふんわりココアクッキー  牛乳	小麦粉・ココアパウダー ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 ▲牛乳	
20	火	肉団子の照り煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え さつま芋の旨煮 ごはん 味噌汁	チキンボール  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布  わかめ	油・砂糖・でん粉  さつま芋 米	だし・醤油・本みりん  醤油・本みりん・和風だし  だし	カルシウムせんべい お茶	ころもチーズ蒸しパン  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・▲低脂肪乳 ▲チーズ ▲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
★ 21 水	サバの甘辛焼 あおさじゃが 昆布イリチー ごはん 味噌汁	さば  赤みそ・白みそ	しょうが あおさのり 細切昆布・切干大根・人参・さやいんげん  小松菜・玉ねぎ	砂糖・油 じゃが芋 油・砂糖 米	醤油・料理酒 塩 醤油・本みりん・和風だし  だし	かっぱえびせん お茶	アップルケーキ  牛乳	小麦粉・てん粉 ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・りんご(缶詰) ▲牛乳
22 木	味噌ラーメン シューマイ わかめごはん フルーツ(りんご缶)	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・青ねぎ・にんにく・しょうが  わかめご飯の素 りんご(缶詰)	中華麺・油・ごま油  米	中華だし・塩・醤油	星たべよ 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
23 金	カレーライス れんこんサラダ フルーツ(オレンジ)	牛肉	玉ねぎ・人参 れんこん・赤ピーマン・きゅうり・コーン オレンジ	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 醤油	カルシウムせんべい お茶	黒糖ラスク  牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
24 土	豚丼 ほうれん草ともやしのゆかり和え 味噌汁	豚肉  赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・太もやし 白菜・しめじ	米・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 ゆかり 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
26 月	まぐろフライ 切干大根サラダ かぼちゃの煮物 ごはん スープ	まぐろカツ	切干大根・チンゲン菜・人参 かぼちゃ  キャベツ・えのきたけ	油 砂糖・ごま油 砂糖 米	醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん  チキンコンソメ	星たべよ お茶	野菜パンケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・野菜&果物ジュース ▲牛乳
27 火	豆腐チャンプルー 揚さつま芋 ごはん 味噌汁	豚肉・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ピーマン・干しいたけ・しょうが  小松菜・しめじ	油・ごま油 さつま芋・油 米	醤油・塩 塩  だし	カルシウムせんべい お茶	ピーチかん  牛乳	寒天・砂糖 黄桃(缶詰) ソフトせんべい ▲牛乳
28 水	クリームシチュー ツナサラダ ロールパン ぶどうゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク ツナフレーク	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油  ぶどうゼリー	かっぱえびせん お茶	しらすごまおにぎり  牛乳	米・しらす 黒ごま・醤油 ▲牛乳
29 木	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 ゆかりごはん フルーツ(バナナ)	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース  バナナ	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒 ゆかり	星たべよ お茶	大学芋  牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳
30 金	チキンチャップ ブロッコリーと大根のサラダ もやしとほうれん草のソテー ごはん スープ	鶏肉	ブロッコリー・大根・人参・レモン果汁 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン  わかめ・コーン	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 チキンコンソメ  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
31 土	そぼろ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚ひき肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・さやいんげん チンゲン菜 白菜・しめじ	米・油・砂糖 砂糖	醤油・本みりん・和風だし 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

栄養価の平均 エネルギー451kcal たんぱく質13.6g 脂質13.2g カルシウム177mg

★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8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	木	白身魚の蒲焼風 キャベツの塩昆布和え 里芋の煮物 ごはん 味噌汁	たら  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・人参・塩昆布 グリーンピース  小松菜	でん粉・油・砂糖  里芋・砂糖 米	料理酒・醤油・本みりん  和風だし・醤油・料理酒  だし	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	
2	金	鶏肉と根菜の煮物 ブロッコリーのゆかり和え ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	鶏肉  赤みそ・白みそ	大根・れんこん・人参・さやいんげん ブロッコリー・コーン  わかめ・玉ねぎ みかん(缶詰)	黒こんにゃく・油・砂糖  米	だし・醤油・料理酒 ゆかり  だし	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 ▲スキミルック・砂糖 ▲牛乳	
3	土	チャンポン麺 キャベツとチンゲン菜のツナ和え 菜めしごはん	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・白菜・青ねぎ キャベツ・チンゲン菜 菜めしの素	中華麺・油  米	塩・中華だし・豚骨ラーメンスープ 醤油・本みりん・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	
5	月	ハンバーグ ポテトフライ ブロッコリーサラダ ごはん スープ	ハンバーグ   ほうれん草・玉ねぎ	ブロッコリー・人参・コーン   ほうれん草・玉ねぎ	油 ポテトフライ・油 砂糖・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・醤油  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	
6	火	サバの味噌煮 焼かぼちゃ オクラとキャベツのおかか和え ごはん すまし汁	さば・赤みそ かつお節	しょうが かぼちゃ オクラ・キャベツ・人参  大根・わかめ	砂糖 油  米	醤油・本みりん・料理酒  醤油・本みりん・和風だし  だし・醤油・塩	カルシウムせんべい 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	
7	水	鶏肉の揚げ煮 花野菜のお浸し 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 高野豆腐 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・カリフラワー・人参 さやいんげん  ほうれん草	でん粉・油・砂糖  黒こんにゃく・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒  だし	小魚せんべい お茶	きなこトースト 牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
8	木	きつねうどん 白菜と小松菜の梅風味和え ふりかけごはん フルーツ(パイン缶)	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布 白菜・小松菜・人参・練り梅  パイン(缶詰)	うどん  米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・和風だし かつおふりかけ	しらす＆わかめせんべい 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	金	ポークカレー コーンサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参 コーン・キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン バナナ	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	ぶどうかん アンパンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ソフトせんべい ▲牛乳	
10	土	和風あんかけ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚肉・ちくわ 油揚げ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・さやいんげん チンゲン菜・干しいたけ 青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖 さつま芋	和風だし・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	
16	金	白身魚フライ マカロニサラダ ウインナーピーンズ 菜めしごはん スープ	白身魚フライ ウインナー・大豆	ミックスベジタブル 玉ねぎ 菜めしの素 小松菜・人参	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)  米	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	昆布おにぎり 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
17	土	しらすチャーハン かぼちゃの煮物 中華スープ	しらす	チンゲン菜・人参・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・干しいたけ	米・油 砂糖	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 中華だし・醤油・塩	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	
19	月	牛肉コロッケ おかかサラダ ひじきの煮物 ごはん 味噌汁	かつお節  赤みそ・白みそ	きゅうり・ブロッコリー・玉ねぎ・コーン ひじき・人参・グリーンピース  ほうれん草	▲牛肉コロッケ・油 油・砂糖 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒  だし	しらす＆わかめせんべい お茶	ふんわりココアクッキー 牛乳	小麦粉・ココアパウダー ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 ▲牛乳	
20	火	肉団子の照り煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え さつま芋の旨煮 ごはん 味噌汁	チキンボール  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布  わかめ	油・砂糖・でん粉  さつま芋 米	だし・醤油・本みりん  醤油・本みりん・和風だし  だし	カルシウムせんべい お茶	ころもチーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・▲低脂肪乳 ▲チーズ ▲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	
★ 21 水	サバの甘辛焼 あおさじゃが 昆布イリチー ごはん 味噌汁	さば  赤みそ・白みそ	しょうが あおさのり 細切昆布・切干大根・人参・さやいんげん  小松菜・玉ねぎ	砂糖・油 じゃが芋 油・砂糖 米	醤油・料理酒 塩 醤油・本みりん・和風だし  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	
22 木	味噌ラーメン シューマイ わかめごはん フルーツ(りんご缶)	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・青ねぎ・にんにく・しょうが  わかめご飯の素 りんご(缶詰)	中華麺・油・ごま油  米	中華だし・塩・醤油	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	
23 金	カレーライス れんこんサラダ フルーツ(オレンジ)	牛肉	玉ねぎ・人参 れんこん・赤ピーマン・きゅうり・コーン オレンジ	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 醤油	カルシウムせんべい お茶	黒糖ラスク 牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳	
24 土	豚丼 ほうれん草ともやしのゆかり和え 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・太もやし 白菜・しめじ	米・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 ゆかり 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	
26 月	まぐろフライ 切干大根サラダ かぼちゃの煮物 ごはん スープ	まぐろカツ	切干大根・チンゲン菜・人参 かぼちゃ  キャベツ・えのきたけ	油 砂糖・ごま油 砂糖 米	醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん  チキンコンソメ	しらすわかめせんべい お茶	野菜パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・野菜&果物ジュース ▲牛乳	
27 火	豆腐チャンプルー 揚さつま芋 ごはん 味噌汁	豚肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ピーマン・干しいたけ・しょうが  小松菜・しめじ	油・ごま油 さつま芋・油 米	醤油・塩 塩 だし	カルシウムせんべい お茶	ピーチかん ファンマンソフトせんべい 牛乳	寒天・砂糖 黄桃(缶詰) ソフトせんべい ▲牛乳	
28 水	クリームシチュー ツナサラダ ロールパン ぶどうゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク ツナフレーク	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油  ぶどうゼリー	小魚せんべい お茶	しらすごまおにぎり 牛乳	米・しらす 黒ごま・醤油 ▲牛乳	
29 木	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 ゆかりごはん フルーツ(バナナ)	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース  バナナ	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒 ゆかり	しらすわかめせんべい お茶	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま ▲牛乳	
30 金	チキンチャップ ブロッコリーと大根のサラダ もやしとほうれん草のソテー ごはん スープ	鶏肉	ブロッコリー・大根・人参・レモン果汁 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン  わかめ・コーン	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 チキンコンソメ  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	
31 土	そぼろ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚ひき肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・さやいんげん チンゲン菜 白菜・しめじ	米・油・砂糖 砂糖	醤油・本みりん・和風だし 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	

栄養価の平均 エネルギー446kcal たんぱく質13.6g 脂質12.9g カルシウム182mg

★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8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 木	白身魚の蒲焼風 キャベツの塩昆布和え 里芋の煮物 軟飯 味噌汁	たら  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・人参・塩昆布 グリーンピース  小松菜	でん粉・油・砂糖  里芋・砂糖 米	料理酒・醤油・本みりん  和風だし・醤油・料理酒  だし	小魚せんべい お茶	わかめお焼き 牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	
2 金	鶏肉と根菜の煮物 ブロッコリーのゆかり和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	鶏肉  赤みそ・白みそ	大根・れんこん・人参・さやいんげん ブロッコリー・コーン  わかめ・玉ねぎ みかん(缶詰)	黒こんにゃく・油・砂糖  米	だし・醤油・料理酒 ゆかり  だし	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	
3 土	チャンポン麺 キャベツとチンゲン菜のツナ和え 軟飯	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・白菜・青ねぎ キャベツ・チンゲン菜	中華麺・油  米	塩・中華だし・豚骨ラーメンスープ 醤油・本みりん・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	
5 月	ハンバーグ ポテトフライ ブロッコリーサラダ 軟飯 スープ	ハンバーグ	ブロッコリー・人参・コーン  ほうれん草・玉ねぎ	油 ポテトフライ・油 砂糖・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 酢・醤油  チキンコンソメ	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	
6 火	白身魚の味噌煮 焼かぼちゃ オクラとキャベツのおかか和え 軟飯 すまし汁	かれい・赤みそ かつお節	しょうが かぼちゃ オクラ・キャベツ・人参  大根・わかめ	砂糖 油  米	醤油・本みりん・料理酒  醤油・本みりん・和風だし  だし・醤油・塩	小魚せんべい 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	
7 水	鶏肉の煮物 花野菜のお浸し 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁	鶏肉 高野豆腐  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・カリフラワー・人参 さやいんげん  ほうれん草	砂糖  黒こんにゃく・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん・和風だし 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	きなこトースト 牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	
8 木	きつねうどん 白菜と小松菜の梅風味和え 軟飯 フルーツ(パイナップル缶)	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布 白菜・小松菜・人参・練り梅  パイナップル(缶詰)	うどん  米	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・和風だし	小魚せんべい お茶	蒸さつま芋 牛乳	さつま芋 ▲牛乳	
9 金	豚じゃが コーンサラダ 軟飯 スープ	豚肉	玉ねぎ・人参 コーン・キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン  キャベツ	じゃが芋・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米 そうめん	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 塩  だし	野菜ハイハイ お茶	ぶどうかん しらすわかめせんべい 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 しらすわかめせんべい ▲牛乳	
10 土	和風あんかけ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚肉・ちくわ 油揚げ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・さやいんげん チンゲン菜・干しいたけ 青ねぎ	米・油・砂糖・でん粉 砂糖 さつま芋	和風だし・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	
16 金	白身魚の煮付け マカロニサラダ ウインナーピーンズ 軟飯 スープ	たら ウインナー・大豆	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ  小松菜・人参	砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)  米	醤油・料理酒・だし 塩 チキンコンソメ・トマトケチャップ  チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	昆布お焼き 牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳	
17 土	しらすチャーハン かぼちゃの煮物 中華スープ	しらす	チンゲン菜・人参・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・干しいたけ	米・油 砂糖	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 中華だし・醤油・塩	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	
19 月	マッシュポテト おかかサラダ ひじきの煮物 軟飯 味噌汁	かつお節  赤みそ・白みそ	きゅうり・ブロッコリー・玉ねぎ・コーン ひじき・人参・グリーンピース  ほうれん草	▲マッシュポテト・油 油・砂糖 砂糖 米 おつゆ麩	醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒  だし	野菜ハイハイ お茶	ふんわりココアクッキー 牛乳	小麦粉・ココアパウダー ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 ▲牛乳	
20 火	肉団子の照り煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え さつま芋の旨煮 軟飯 味噌汁	チキンボール  油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布  わかめ	油・砂糖・でん粉  さつま芋 米	だし・醤油・本みりん  醤油・本みりん・和風だし  だし	小魚せんべい お茶	ころもチーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・▲低脂肪乳 ▲チーズ ▲牛乳	

日曜日 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	
★	21	水	白身魚の甘辛焼 あおさじゃが 昆布イリチー 軟飯 味噌汁	かれい  赤みそ・白みそ	しょうが あおさのり 細切昆布・切干大根・人参・さやいんげん  小松菜・玉ねぎ	砂糖・油 じゃが芋 油・砂糖 米	醤油・料理酒 塩 醤油・本みりん・和風だし  だし	野菜ハイハイ お茶	アップルケーキ  牛乳	小麦粉・てん粉 ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・りんご(缶詰) ▲牛乳
	22	木	味噌ラーメン シューマイ 軟飯 フルーツ(りんご缶)	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・青ねぎ・にんにく・しょうが  りんご(缶詰)	中華麺・油・ごま油  米	中華だし・塩・醤油	小魚せんべい 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
	23	金	肉じゃが れんこんサラダ 軟飯 スープ	牛肉	玉ねぎ・人参 れんこん・赤ピーマン・きゅうり・コーン  ブロッコリー	じゃが芋・砂糖 マヨネースタイプ(卵不使用) 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油  だし	野菜ハイハイ お茶	黒糖ラスク  牛乳	▲食パン・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
	24	土	豚丼 ほうれん草ともやしのゆかり和え 味噌汁	豚肉  赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・太もやし 白菜・しめじ	米・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 ゆかり 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
	26	月	白身魚の煮付け 切干大根サラダ かぼちゃの煮物 軟飯 スープ	かれい	しょうが 切干大根・チンゲン菜・人参 かぼちゃ  キャベツ・えのきたけ	砂糖 砂糖・ごま油 砂糖 米	醤油・料理酒・和風だし 醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん  チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	野菜パンケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・野菜&果物ジュース ▲牛乳
	27	火	豆腐チャンプルー 揚さつま芋 軟飯 味噌汁	豚肉・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ピーマン・干しいたけ・しょうが  小松菜・しめじ	油・ごま油 さつま芋・油 米	醤油・塩 塩  だし	小魚せんべい お茶	ピーチかん  しらすわかめせんべい 牛乳	寒天・砂糖 黄桃(缶詰) しらすわかめせんべい ▲牛乳
☺	28	水	クリームシチュー ツナサラダ ロールパン ぶどうゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク ツナフレーク	人参・玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油  ぶどうゼリー	野菜ハイハイ お茶	しらすごまお焼き  牛乳	米・しらす 黒ごま・醤油 ▲牛乳
	29	木	わかめうどん 豚肉とかぼちゃの煮物 軟飯 フルーツ(バナナ)	生揚げ 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・グリーンピース  バナナ	うどん 砂糖・でん粉 米	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・料理酒	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
	30	金	チキンチャップ ブロッコリーと大根のサラダ もやしとほうれん草のソテー 軟飯 スープ	鶏肉	ブロッコリー・大根・人参・レモン果汁 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン  わかめ・コーン	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 油 米	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 チキンコンソメ  チキンコンソメ	野菜ハイハイ 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
	31	土	そぼろ丼 油揚げとチンゲン菜の煮浸し 味噌汁	豚ひき肉 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・さやいんげん チンゲン菜 白菜・しめじ	米・油・砂糖 砂糖	醤油・本みりん・和風だし 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

栄養価の平均 エネルギー353kcal たんぱく質11.8g 脂質9.8g カルシウム154mg

★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8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	
1	木	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	たら	人参・キャベツ かぼちゃ  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	あおさり5倍がゆ  お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
2	金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・大根 ブロッコリー  玉ねぎ	でん粉  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	
5	月	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	人参・ブロッコリー  玉ねぎ・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	みそ入り5倍がゆ  お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
6	火	白身魚と大根の磯煮 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	かれい	大根・あおさのり かぼちゃ  人参・キャベツ	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	
7	水	鶏ささみと野菜のとう煮 カリフラワーとブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 カリフラワー・ブロッコリー  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	ミルクパンがゆ  お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
8	木	豆腐と野菜のうどん 小松菜と玉ねぎの煮浸し りんごのコンポート	豆腐	白菜・人参 小松菜・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	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
9	金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーとパプリカの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー・赤パプリカ  キャベツ	じゃが芋・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	
16	金	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	玉ねぎ・人参  小松菜	でん粉 じゃが芋 米 巻麩	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	月	鶏ささみと野菜の煮物 人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	ブロッコリー・玉ねぎ 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	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	
20	火	豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ  人参・白菜	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	

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	
21	水	白身魚と野菜の煮物 人参とじゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	キャベツ・玉ねぎ 人参 小松菜	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	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	
22	木	鶏肉と野菜のうどん ほうれん草の煮浸し フルーツ(バナナ)	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草 バナナ	うどん・でん粉	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	
23	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	人参・玉ねぎ ブロッコリー	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	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	
26	月	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・チンゲン菜 かぼちゃ キャベツ	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	
27	火	豆腐と野菜の煮物 小松菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・ピーマン 小松菜・人参	でん粉 米 おつゆ麩・さつま芋	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃのミルク煮 お茶	かぼちゃ ▲スキムミルク ほうじ茶	
28	水	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとパプリカの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・人参 玉ねぎ・赤パプリカ ブロッコリー	でん粉 米 じゃが芋	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	
29	木	豆腐と野菜のうどん かぼちゃの煮物 フルーツ(バナナ)	豆腐	玉ねぎ・人参 かぼちゃ バナナ	うどん・でん粉	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	
30	金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーと人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・赤パプリカ ブロッコリー・人参 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	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151kcal たんぱく質7.5g 脂質1.5g カルシウム92mg

★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8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 付日	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 木	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	たら	人参・キャベツ かぼちゃ 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	あおさり7倍がゆ お茶	米 あおさのり ほうじ茶	
2 金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・大根 ブロッコリー 玉ねぎ	でん粉 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	
5 月	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	人参・ブロッコリー 玉ねぎ・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	みそ入り7倍がゆ お茶	米 赤みそ ほうじ茶	
6 火	白身魚と大根の磯煮 かぼちゃの煮物 7倍がゆ スープ	かれい	大根・あおさのり かぼちゃ 人参・キャベツ	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	
7 水	鶏ささみと野菜のとり煮 カリフラワーとブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参 カリフラワー・ブロッコリー 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	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
8 木	豆腐と野菜のうどん 小松菜と玉ねぎの煮浸し りんごのコンポート	豆腐	白菜・人参 小松菜・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	蒸さつま芋 お茶	さつま芋 ほうじ茶	
9 金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーとパプリカの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参 ブロッコリー・赤パプリカ キャベツ	じゃが芋・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	
16 金	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	玉ねぎ・人参 小松菜	でん粉 じゃが芋 米 巻麩	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 月	鶏ささみと野菜の煮物 人参の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	ブロッコリー・玉ねぎ 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	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	
20 火	豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ 人参・白菜	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	

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	
21	水	白身魚と野菜の煮物 人参とじゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	キャベツ・玉ねぎ 人参 小松菜	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	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	
22	木	鶏肉と野菜のうどん ほうれん草の煮浸し フルーツ(バナナ)	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草 バナナ	うどん・でん粉	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	
23	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	人参・玉ねぎ ブロッコリー	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	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	
26	月	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・チンゲン菜 かぼちゃ キャベツ	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	
27	火	豆腐と野菜の煮物 小松菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・ピーマン 小松菜・人参	でん粉 米 おつゆ麩・さつま芋	だし だし だし	野菜ハイハイ お茶	かぼちゃのミルク煮 お茶	かぼちゃ ▲スキムミルク ほうじ茶	
28	水	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとパプリカの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・人参 玉ねぎ・赤パプリカ ブロッコリー	でん粉 米 じゃが芋	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	
29	木	豆腐と野菜のうどん かぼちゃの煮物 フルーツ(バナナ)	豆腐	玉ねぎ・人参 かぼちゃ バナナ	うどん・でん粉	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	
30	金	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーと人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・赤パプリカ ブロッコリー・人参 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	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111kcal たんぱく質5.7g 脂質1.2g カルシウム70mg

★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8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			
			主にならだをつくるもの	主にな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	木	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	
2	金	人参のペースト 大根のペースト 10倍がゆ		人参 大根	米	
5	月	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	
6	火	白身魚のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	かれい	人参	米	
7	水	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	
8	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	
9	金	キャベツのペースト 人参のペースト 10倍がゆ		キャベツ 人参	米	
16	金	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	
19	月	人参のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		人参 ブロッコリー	米	
20	火	チンゲン菜のペースト さつまいのペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつまい 米	
21	水	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	
22	木	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	
23	金	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	
26	月	キャベツのペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		キャベツ チンゲン菜	米	
27	火	さつまいのペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		小松菜	さつまい 米	
28	水	じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
29	木	豆腐のペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ	豆腐	かぼちゃ	米	
30	金	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	

栄養価の平均 エネルギー39kcal たんぱく質1.4g 脂質0.5g 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。