

令和7年8月 幼児食献立表

日 曜	昼食		あか	黄	みどり	延長
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 金	ミートソースライス じゃが芋とツナの炒め物 コンソメスープ くだもの	牛乳 マカロニかりんとう(米粉):幼児食 マカロニきなこ(米粉):乳児食	牛乳 豚ひき肉 ツナ缶 きな粉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも 米のマカロニ 黒砂糖	玉ねぎ にんじん トマト パプリカ キャベツ チンゲン菜 バイン缶	菓子(延長用)
2 土	味噌ラーメン(あわ種) かぼちゃの甘煮 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 味噌	あわの種 油 ごま油 砂糖 菓子	もやし キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン 昆布 しょうが 長ねぎ かぼちゃ バナナ	菓子(延長用)
4 月	チャーハン 生揚げと野菜の炒め煮 スープ くだもの	牛乳 コーンフレーク	牛乳 鶏肉 生揚げ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも コーンフレーク	しょうが 青菜 にんじん もやし いら わかめ バイン缶 バナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
5 火	のりごはん オムレツ いんげんのソテー ごま野菜 味噌汁 くだもの	牛乳 野菜チップス	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま 野菜チップス	のり 玉ねぎ にんじん さやいんげん 青菜 かぼちゃ バナナ ゴーヤ	菓子(延長用)
6 水	麻婆豆腐丼 中華きゅうり コンソメスープ くだもの	牛乳 豚もやしラーメン(あわ種)	牛乳 豆腐 豚ひき肉 赤みそ 豚肉	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 あわの種	たけのこしいたけ にんじん 長ねぎ にんにく しょうが きゅうり コーン 玉ねぎ バイン缶 もやし キャベツ	ゼリー 菓子(延長用)
7 木	ごはん コロッケ ゆでキャベツ 干草煮 味噌汁 くだもの	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 豚ひき肉 油揚げ 豆腐 味噌	米 じゃがいも 油 コーンフレーク 砂糖	玉ねぎ キャベツ 青菜 にんじん オクラ メロン わかめ	菓子(延長用)
8 金	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 冬瓜のそぼろ煮 すまし汁 くだもの	牛乳 ジャムドッグ	牛乳 鮭 味噌 豚ひき肉	米 砂糖 油 片栗粉 ドックパン いちごジャム バター	キャベツ にんじん 玉ねぎ ビーマン とうがん えのき チンゲン菜 長ねぎ バナナ	ゼリー 菓子(延長用)
9 土	ちゃんぽんうどん(米の種) じゃが芋のソテー くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	米の種 ごま油 じゃがいも 油 菓子	キャベツ 青菜 にんじん たけのこ バナナ	菓子(延長用)
12 火	あんかけ焼きそば さつま芋のレモン煮 味噌汁 くだもの	牛乳 イタリアンおにぎり	牛乳 豚肉 豆腐 味噌	中華めん 油 砂糖 片栗粉 さつまいも 米 オリーブ油	にんじん もやし 小松菜 レモン しめじ わかめ バナナ トマト	りんごジュース 菓子(延長用)
13 水	ごはん 鶏のジンジャー炒め 切干し大根の炒り煮 味噌汁 くだもの	牛乳 クランチクッキー コア味(米粉)	牛乳 鶏肉 油揚げ 味噌	米 砂糖 油 米粉 アレルギー対応マーガリン コーンフレーク	玉ねぎ ビーマン しょうが 切干し大根 にんじん さやえんどう とうがん 青菜 長ねぎ すいか	菓子(延長用)
14 木	ポークカレー キャベツのハリハリサラダ スープ くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 豚肉 チキン水煮 乳飲料	米 じゃがいも 油 コーンスターチ 砂糖 コーンフレーク 菓子	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー コーン バナナ	ゼリー 菓子(延長用)
15 金	ミートソースライス じゃが芋とツナの炒め物 コンソメスープ くだもの	牛乳 マカロニかりんとう(米粉):幼児食 マカロニきなこ(米粉):乳児食	牛乳 豚ひき肉 ツナ缶 きな粉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも 米のマカロニ 黒砂糖	玉ねぎ にんじん トマト パプリカ キャベツ チンゲン菜 バイン缶	菓子(延長用)
16 土	味噌ラーメン(あわ種) かぼちゃの甘煮 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 味噌	あわの種 油 ごま油 砂糖 菓子	もやし キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン 昆布 しょうが 長ねぎ かぼちゃ バナナ	菓子(延長用)
18 月	チャーハン 生揚げと野菜の炒め煮 スープ くだもの	牛乳 コーンフレーク	牛乳 鶏肉 生揚げ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも コーンフレーク	しょうが 青菜 にんじん もやし いら わかめ バイン缶 バナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
19 火	のりごはん オムレツ いんげんのソテー ごま野菜 味噌汁 くだもの	牛乳 野菜チップス	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま 野菜チップス	のり 玉ねぎ にんじん さやいんげん 青菜 かぼちゃ バナナ ゴーヤ	菓子(延長用)
20 水	麻婆豆腐丼 中華きゅうり コンソメスープ くだもの	牛乳 豚もやしラーメン(あわ種)	牛乳 豆腐 豚ひき肉 赤みそ 豚肉	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 あわの種	たけのこしいたけ にんじん 長ねぎ にんにく しょうが きゅうり コーン 玉ねぎ バイン缶 もやし キャベツ	ゼリー 菓子(延長用)
21 木	ごはん コロッケ ゆでキャベツ 干草煮 味噌汁 くだもの	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 豚ひき肉 油揚げ 豆腐 味噌	米 じゃがいも 油 コーンフレーク 砂糖	玉ねぎ キャベツ 青菜 にんじん オクラ メロン わかめ	菓子(延長用)
22 金	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 冬瓜のそぼろ煮 すまし汁 くだもの	牛乳 ジャムドッグ	牛乳 鮭 味噌 豚ひき肉	米 砂糖 油 片栗粉 ドックパン いちごジャム バター	キャベツ にんじん 玉ねぎ ビーマン とうがん えのき チンゲン菜 長ねぎ バナナ	ゼリー 菓子(延長用)
23 土	ちゃんぽんうどん(米の種) じゃが芋のソテー くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	米の種 ごま油 じゃがいも 油 菓子	キャベツ 青菜 にんじん たけのこ バナナ	菓子(延長用)
25 月	ごはん 魚のカレームニエル ズッキーニのソテー 野菜のおかか煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 シュガートースト	牛乳 魚 削り節 味噌	米 コーンスターチ 油 食パン バター グラニュー糖	ズッキーニ キャベツ 青菜 にんじん なす 玉ねぎ バイン缶	ゼリー 菓子(延長用)
26 火	あんかけ焼きそば さつま芋のレモン煮 味噌汁 くだもの	牛乳 イタリアンおにぎり	牛乳 豚肉 豆腐 味噌	中華めん 油 砂糖 片栗粉 さつまいも 米 オリーブ油	にんじん もやし 小松菜 レモン しめじ わかめ バナナ トマト	りんごジュース 菓子(延長用)
27 水	ごはん 鶏のジンジャー炒め 切干し大根の炒り煮 味噌汁 くだもの	牛乳 クランチクッキー コア味(米粉)	牛乳 鶏肉 油揚げ 味噌	米 砂糖 油 米粉 アレルギー対応マーガリン コーンフレーク	玉ねぎ ビーマン しょうが 切干し大根 にんじん さやえんどう とうがん 青菜 長ねぎ すいか	菓子(延長用)
28 木	ポークカレー キャベツのハリハリサラダ スープ くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 豚肉 チキン水煮 乳飲料	米 じゃがいも 油 コーンスターチ 砂糖 コーンフレーク 菓子	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー コーン バナナ	ゼリー 菓子(延長用)
29 金	ミートソースライス じゃが芋とツナの炒め物 コンソメスープ くだもの	牛乳 マカロニかりんとう(米粉):幼児食 マカロニきなこ(米粉):乳児食	牛乳 豚ひき肉 ツナ缶 きな粉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも 米のマカロニ 黒砂糖	玉ねぎ にんじん トマト パプリカ キャベツ チンゲン菜 バイン缶	菓子(延長用)
30 土	味噌ラーメン(あわ種) かぼちゃの甘煮 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 味噌	あわの種 油 ごま油 砂糖 菓子	もやし キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン 昆布 しょうが 長ねぎ かぼちゃ バナナ	菓子(延長用)
行事食	メキンカンライス ブロッコリーの塩ゆで・星型人参 フライドポテト ミネストローネ くだもの	牛乳 フルーツゼリー せんべい	牛乳 鶏肉 豚肉	米 油 じゃがいも オリーブ油 砂糖 ゼリー 菓子	玉ねぎ にんじん グリンピース ブロッコリー 青のり トマト なす さやいんげん 梨(1歳児はバナナ) もも缶 バイン缶	菓子(延長用)
こころ遊び	おにぎり 鶏のから揚げ フライドポテト 茹野菜 すまし汁 りんごジュース くだもの	牛乳 菓子	牛乳 削り節 しらす干し 鶏肉	米 片栗粉 油 じゃがいも 菓子	青のり しょうが りんご ブロッコリー にんじん わかめ 玉ねぎ みつば りんごジュース バナナ	菓子(延長用)

1～2歳児には、10時に牛乳がつけます。
献立は天候等の理由により、変更する場合があります。また、果物も安全性を配慮し年齢により変更する場合があります。

★区立保育園の基本献立は、乳幼児の3大アレルゲンである“卵・乳・小麦”不使用の献立を週に複数回取り入れています。

(子ども施設課 管理栄養士)

