

# ○ 乳 幼 児 献 立 表 ○

2023年12月

京急キッズランド港町駅前保育園

日付 曜日	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1日 金	昼食	鶏おこわ ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 玉ねぎとわかめの味噌汁 みかん	もち米、米 砂糖、油 油、砂糖、白ごま	鶏もも ぶり みそ	人参 人参、ごぼう、こんにゃく、さやえんどう 玉ねぎ、わかめ みかん	酒、しょうゆ、食塩 しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	きなこおはぎ・牛乳	もち米、米、砂糖	きな粉、牛乳	食塩
2日 ・ 16日 土	昼食	チャーハン わかめときゅうりのサラダ 豆腐と小松菜の中華スープ バナナ	米、油 ごま油、砂糖、白ごま	卵、豚ひき肉 木綿豆腐	人参、ねぎ きゅうり、コーン、わかめ 人参、小松菜 バナナ	しょうゆ、食塩 酢、しょうゆ コンソメ、食塩
		午後おやつ	ゆかりひじきおにぎり・牛乳	米、砂糖	牛乳	みりん、しょうゆ
4日 ・ 18日 月	昼食	ごはん ツナ入り卵焼き 煮びたし 豆腐とねぎの味噌汁 みかん	米 砂糖、油 砂糖	卵、ツナ缶 豆腐、みそ	玉ねぎ 大根、小松菜、人参 ねぎ みかん	かつお・昆布だし汁、本みりん、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	メロンパン風スコーン・飲むヨーグルト	米粉、砂糖、グラニュー糖	牛乳、バター、シリア（ストロベリー）	
5日 ・ 19日 火	昼食	ごはん さばの味噌煮 キャベツのおひたし 麩とわかめの清汁 バナナ	米 砂糖 麩	さば、みそ かつお節	キャベツ、人参 わかめ バナナ	かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、おろししょうが しょうゆ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ
		午後おやつ	インディアンズバグティ・牛乳	スパゲティ、油	ハム、牛乳	食塩、カレー粉
6日 ・ 20日 水	昼食	ごはん ヒレカツ（6日） レバーカツ（20日） ほうれん草のナムル 白菜とえのきの味噌汁 みかん	米 油、パン粉、小麦粉、砂糖 油、パン粉、小麦粉 白ごま、ごま油	豚肉、卵 豚レバー、卵 みそ	ほうれん草、もやし、人参 白菜、えのきだけ みかん	ケチャップ、ソース、食塩 しょうゆ、おろししょうが 食塩 かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	玄米フレークスナック・牛乳	玄米フレーク	バター、牛乳	マシュマロ
7日 ・ 21日 木	昼食	ごはん 肉ごぼう じゃが芋の磯和え 大根となめこの味噌汁 バナナ	米 油、砂糖 じゃがいも	豚もも みそ	ごぼう、人参、いんげん 青のり 大根、なめこ、ねぎ バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒 食塩 かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	大芋トースト・牛乳	食パン、砂糖、黒ごま	牛乳	みりん、しょうゆ
8日 金	昼食	ロールパン 鶏肉のトマトソース煮 ブロッコリー塩ゆで かぼちゃのスープ みかん	ロールパン 小麦粉、油、砂糖	鶏もも ベーコン	玉ねぎ、トマト ブロッコリー かぼちゃ、玉ねぎ みかん	食塩 食塩 コンソメ、食塩、パセリ粉
		午後おやつ	野菜ピラフ・牛乳	米、油	牛乳	コンソメ、食塩
9日 ・ 23日 土	昼食	ごはん 凍豆腐の卵とし煮 じゃがいもの味噌炒め 麩とほうれん草の清汁 みかん	米 砂糖、油 じゃがいも、油 麩	卵、鶏もも、高野豆腐 みそ	人参、玉ねぎ、いんげん ほうれん草 みかん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
		午後おやつ	バナナヨーグルト・麦茶	砂糖	ヨーグルト	バナナ
11日 ・ 25日 月	昼食	カレーライス 人参サラダ みかん	米、じゃがいも、小麦粉、油 油、白ごま、砂糖	豚もも、バター、スキムミルク	玉ねぎ、人参 もやし、人参 みかん	ソース、ケチャップ、食塩、カレー粉、コンソメ 酢、しょうゆ、食塩
		午後おやつ	りんごゼリー・飲むヨーグルト	砂糖	ゼラチン、シリア（マスカット）	りんご果汁
12日 ・ 26日 火	昼食	のっぺいうどん だし巻卵 ひじきの炒り煮 バナナ	ゆでうどん、里いも、片栗粉、油 砂糖、油 砂糖、油	鶏もも 卵 油揚げ	大根、人参、こんにゃく、小松菜 人参、さやえんどう、ひじき バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ
		午後おやつ	みそ焼きおにぎり・牛乳	米、ごま油	みそ、牛乳	本みりん
13日 ・ 27日 水	昼食	ごはん マーボー豆腐 パンサンデー わかめスープ みかん	米 ごま油、片栗粉、砂糖 はるさめ、砂糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ 卵	ねぎ、人参、エリンギ、しょうが きゅうり、人参 ねぎ、わかめ みかん	しょうゆ、食塩 酢、しょうゆ、食塩 コンソメ、食塩
		午後おやつ	ヨーグルトケーキ・牛乳	小麦粉、砂糖	ヨーグルト、卵、バター、スキムミルク、牛乳	ベーキングパウダー
14日 ・ 28日 木	昼食	ロールパン のり塩チキン ミックスベジタブルソテー 豆乳コーンクリームスープ バナナ	ロールパン 片栗粉、砂糖 じゃがいも、油 片栗粉	鶏もも、バター 豆乳	青のり いんげん、人参 クリームコーン、玉ねぎ バナナ	食塩 食塩 パセリ粉、コンソメ、食塩
		午後おやつ	ツナの炊き込みごはん・牛乳	米	ツナ缶、牛乳	みりん、しょうゆ、食塩
15日 金	昼食	ごはん ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 玉ねぎとわかめの味噌汁 みかん	米 砂糖、油 油、砂糖、白ごま	ぶり みそ	人参、ごぼう、こんにゃく、さやえんどう 玉ねぎ、わかめ みかん	しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	きな粉揚げパン・牛乳	ロールパン、油、砂糖	きな粉、牛乳	食塩
22日 金	昼食	いちごジャムパン クリスマスケーキ風ハンバーグ ブロッコリーのサラダ かぼちゃのスープ	食パン パン粉、マッシュポテト、油 油	豚ひき肉、豆腐、豆乳 ベーコン	いちごジャム 玉ねぎ、人参 ブロッコリー、人参、コーン かぼちゃ、玉ねぎ	食塩 酢、食塩 コンソメ、食塩、パセリ粉
		午後おやつ	クリスマスケーキ・牛乳	小麦粉、砂糖	卵、牛乳、バター、生クリーム	いちご アスパラビスケット、ミロ、ベーキングパウダー

☆果物は入荷時期の状況により、変更の場合があります。

★乳児クラスは午前おやつに牛乳の提供があります。

（その他に咀嚼力を高めるための歯がためとしてギンビスアスパラや干し芋の提供があります。）