



やさいデー

2025年 6月

乳幼児献立表(中野区保育園・幼稚園課)



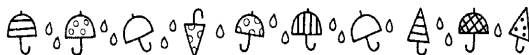
曜 日		月		火		水		木		金		土	
日		2 16 30		3 17		4 18		5 19		6 20		7 21	
乳児 午前おやつ		牛乳 せんべい		牛乳 ビスケット		牛乳 せんべい		牛乳 ビスケット		牛乳 せんべい		牛乳 ビスケット	
主食		ご飯		ご飯		ご飯		わかめご飯		和風スパゲッティ		炊き込みご飯	
副食		豚肉の生姜焼き 粉ふき芋 おかか和え 味噌汁		魚の西京焼き 人参の甘煮 酢の物 味噌汁		ささみフライ 塩もみ トマト 実だくさん汁		米粉グラタン ブロッコリー すまし汁		ツナサラダ そら豆 チーズ		じゃが芋のそぼろ煮 ゆかり和え 味噌汁	
材料		胚芽米 豚肉 玉葱 ピーマン 生姜 酒 醤油 なたね油 じゃが芋 塩 もやし 人参 かつお節 醤油 わかめ 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし		胚芽米 白身魚 酒 大豆味噌 みりん 砂糖 なたね油 人参 醤油 砂糖 わかめ 胡瓜 しらす 穀物酢 塩 砂糖 キャベツ 葱 えのきたけ 大豆味噌 いりこ・昆布だし		胚芽米 鶏ささみ 塩 小麦粉 パン粉 なたね油 キャベツ 胡瓜 塩 トマト 大根 人参 じゃが芋 ごぼう 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし		胚芽米 わかめご飯の素 豆腐 鶏肉 玉葱 マッシュルーム 米粉 バター スキムミルク 塩 牛乳 粉チーズ ブロッコリー オクラ 人参 葱 塩 醤油 かつお・昆布だし		スパゲッティ 豚肉 玉葱 パプリカ しめじ ピーマン 塩 醤油 なたね油 刻みのり アスパラガス キャベツ ツナ缶 穀物酢 なたね油 塩 そら豆 塩 チーズ		胚芽米 干しいたけ 鶏肉 人参 醤油 塩 酒 じゃが芋 豚ひき肉 砂糖 醤油 かつおだし 酒 もやし ゆかり 塩 玉葱 油揚げ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	
デザート		オレンジ 牛乳		バナナ 牛乳		乳児 オレンジ 牛乳		バナナ 牛乳		メロン 牛乳		バナナ 牛乳	
3時おやつ		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
材料		スイートパンプキン		マーラーカオ		五平もち		オレンジパタートースト		おにぎり		マカロニあべかわ	
給与目標量		胚芽米 もち米 大豆味噌 砂糖 みりん		米粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 調整豆乳 なたね油 醤油		食パン バター マーマレード 砂糖		胚芽米 佃煮昆布		マカロニ 黄な粉 砂糖 塩		小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 いちごジャム	
エネルギー(乳児)Kcal 610(480)		513(437)		521(444)		536(458)		617(496)		546(458)		550(462)	
タンパク質(乳児)g 25.0(20.0)		20.5(17.7)		22.5(19.1)		23.2(19.9)		21.5(17.8)		24.5(21.2)		22.1(18.5)	
補食		麦茶 菓子・果物		麦茶 ぶどうゼリー・菓子		麦茶 菓子・果物		麦茶 ゆかりご飯		麦茶 蒸かし芋		麦茶 菓子	
材料		ぶどうジュース 寒天 砂糖				胚芽米 ゆかり 塩		じゃが芋 塩				胡瓜 塩	

* 補食は延長保育対象児のみになります。

* 献立内容は都合により変更場合があります。

* 今月の「やさいデー」は、旬の野菜を使用する日に設定しています。

* 柑橘類は入荷の状況により変更になることがあります。



* ガラスープは鶏と豚を使用しています

* おやつ・補食の市販菓子は、卵、乳、胡麻が含まれていないものを使用しています。

* □で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

* 午前のおやつのはビスケットは、クラッカーに変更になることがあります。