

令和6年12月保育園給食献立表

春日井市こども未来部保育課

| 日<br>曜 | 時<br>間 | 献立<br><br>(午前は乳児のみ) | 材 料 名           |                |                            | その他<br>(調味料)          | 栄養価   |      |
|--------|--------|---------------------|-----------------|----------------|----------------------------|-----------------------|-------|------|
|        |        |                     | 黄色の食品           | 赤色の食品          | 緑色の食品                      |                       | エネルギー | Kcal |
|        |        |                     | 熱や力になるもの        | 血や肉や骨<br>になるもの | 体の調子を整えるもの                 |                       | たんぱく質 | g    |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 脂質    | g    |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | カルシウム | mg   |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 食塩相当量 | g    |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 幼児    | 乳児   |
| 2月     | 16月    | 午前 牛乳、菓子            | ソフトな小魚せん        | 牛乳             |                            |                       | 614   | 562  |
|        |        | 昼食 冬野菜カレー           | 米、さつま芋、カレールウ、米油 | 豚肉             | 玉葱、人参、かぶ、牛蒡、蓮根、しめじ、リンゴピューレ | ソース                   | 20.2  | 19.6 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 19.3  | 18.7 |
|        |        | フレンチサラダ             | 米油、砂糖           | 鰯油漬            | キャベツ、人参、アスパラガス、コーン         | 酢、塩                   | 205   | 266  |
|        |        | 午後 牛乳               | 米粉たこ焼き          | 花鰯、青のり         |                            | トマトケチャップ、ソース          | 2.3   | 2.1  |
| 3月     | 17火    | 午前 牛乳、黄桃シラップ漬       | 米               | 牛乳             | 黄桃シラップ漬                    |                       | 539   | 517  |
|        |        | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 21.0  | 20.1 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 14.8  | 15.2 |
|        |        | 鰯のレモン醤油和え           | 米油、砂糖、マヨネーズ     | 鰯醤油付           | レモン、ブロッコリー                 | 醤油                    | 254   | 302  |
|        |        | みそ汁                 | じゃが芋            | みそ、煮干、昆布       | 小松菜、大根、人参、葱、舞茸             |                       | 1.2   | 1.1  |
| 4月     | 18水    | 午後 牛乳               | 小倉トースト          | 食パン、つぶあん       |                            |                       |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、みかんシロップ漬      | 米               | 牛乳             | みかんシロップ漬                   |                       | 557   | 515  |
|        |        | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 20.0  | 19.0 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 12.1  | 13.0 |
|        |        | すき焼き風煮              | うどん、砂糖、米油       | 豚肉、厚揚げ、かまぼこ、蒟蒻 | 白菜、人参、葱、えのき茸、椎茸            | 醤油                    | 243   | 295  |
| 5月     | 19木    | 午後 牛乳               | 米粉の鬼まんじゅう       | さつま芋、米粉、でん粉、砂糖 |                            | 塩                     | 1.5   | 1.4  |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | きらきら星のおせんべい     | 牛乳             |                            |                       | 561   | 593  |
|        |        | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 20.1  | 22.0 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 12.8  | 16.6 |
|        |        | 鯖ねぎみそ焼              | 砂糖              | 鯖、みそ           | 葱                          | みりん                   | 753   | 861  |
| 6月     | 20金    | 沢煮わん                | みかん             | 豚肉、鰹粉、昆布       | 大根、人参、牛蒡、葱、えのき茸、筍、みつば      | 醤油                    | 1.3   | 1.2  |
|        |        | 午後 飲むヨーグルト、菓子       | カルシウム入りかぼちゃボーロ  | 飲むヨーグルトいちご     |                            |                       |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | のりわかめせんべい       | 牛乳             |                            |                       | 513   | 446  |
|        |        | 昼食 クロロールパン          | クロロールパン         |                |                            |                       | 17.5  | 16.3 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 12.6  | 13.1 |
| 7月     | 21土    | 大豆のケチャップ煮           | 砂糖、米油           | 大豆、豚肉          | 玉葱、人参、グリーンピース、トマトジュース      | トマトケチャップ、ソース、醤油       | 191   | 276  |
|        |        | 南瓜のスープ              |                 | ベーコン           | 南瓜、玉葱、人参、キャベツ、エリンギ、パセリ     | 野菜ブイヨン                | 2.1   | 1.8  |
|        |        | りんご                 |                 |                | りんご                        |                       |       |      |
|        |        | 午後 ジュース、菓子          | じゃこ気分           |                | 野菜ジュースマンゴーサラダ              |                       |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | のりわかめせんべい       | 牛乳             |                            |                       | 597   | 503  |
| 8月     | 22日    | 昼食 クロロールパン          | クロロールパン         |                |                            |                       | 22.7  | 20.1 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 19.4  | 18.3 |
|        |        | 大豆のケチャップ煮           | 砂糖、米油           | 大豆、豚肉          | 玉葱、人参、グリーンピース、トマトジュース      | トマトケチャップ、ソース、醤油       | 298   | 338  |
|        |        | 南瓜のスープ              |                 | ベーコン           | 南瓜、玉葱、人参、キャベツ、エリンギ、パセリ     | 野菜ブイヨン                | 2.0   | 1.7  |
|        |        | りんご                 |                 |                | りんご                        |                       |       |      |
| 9月     | 23月    | 午後 牛乳、冬至デザート        | かぼちゃマフィン        | 牛乳             |                            |                       |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | あなかけうどん         | うどん、でん粉        | 鶏肉、かまぼこ、油揚げ、鰹粉、昆布          | 葱、人参、法蓮草、椎茸           | 322   | 281  |
|        |        | 昼食 バナナ              |                 |                | バナナ                        | 醤油、みりん                | 12.2  | 10.1 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 2.9   | 2.4  |
|        |        | 午後 ジュース、菓子          | コーンバーボータージュ風味   |                | 野菜ジュースベリーサラダ               |                       | 86    | 77   |
| 10月    | 24火    |                     |                 |                |                            |                       | 2.4   | 2.0  |
|        |        | 午前 牛乳、みかんシロップ漬      | 米               | 牛乳             | みかんシロップ漬                   |                       | 551   | 512  |
|        |        | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 19.4  | 18.6 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 16.3  | 16.3 |
|        |        | 鮭の甘酢あんかけ            | 米油、砂糖、でん粉       | 鰯醤油付           | 玉葱、椎茸、人参、ピーマン              | 醤油、酢                  | 211   | 267  |
| 11月    | 25水    | 午後 牛乳               | 法蓮草と白菜の胡麻和え     | ごま、砂糖          | 法蓮草、白菜、キャベツ                | 醤油                    | 1.1   | 0.9  |
|        |        | さつまいもち              | さつま芋、でん粉、米油、砂糖  |                |                            | 醤油、みりん                |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | ソフトな塩せん         | 牛乳             |                            |                       | 564   | 522  |
|        |        | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 18.6  | 18.2 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 13.5  | 14.2 |
| 12月    | 26木    | うの花炒り煮              | 砂糖、米油           | おから、鶏肉、蒟蒻      | 人参、葱、椎茸                    | 醤油                    | 249   | 303  |
|        |        | 五目汁                 | 里芋              | 鰹粉、昆布          | 玉葱、人参、小松菜、牛蒡、えのき茸          | 醤油                    | 1.3   | 1.1  |
|        |        | オレンジ                |                 | 牛乳             | オレンジ                       |                       |       |      |
|        |        | 午後 牛乳               | ココアケーキ          | 小麦粉、砂糖、米油、粉糖   |                            | ベーキングパウダー、ココア         |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、黄桃シラップ漬       | 米               | 牛乳             | 黄桃シラップ漬                    |                       | 472   | 457  |
| 13月    | 27金    | 昼食 ご飯               | 米               |                |                            |                       | 18.2  | 18.1 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 12.1  | 13.4 |
|        |        | 豚肉のトマト煮             | 砂糖、米油           | 豚肉             | 玉葱、人参、さやいんげん、コーン、トマト       | トマトケチャップ、ソース、塩、野菜ブイヨン | 313   | 374  |
|        |        | かぶと白菜のスープ           |                 |                | 玉葱、かぶ、白菜、人参、コーン、エリンギ       | 野菜ブイヨン                | 1.5   | 1.5  |
|        |        | 午後 牛乳、ソーセージ         |                 | 牛乳、魚肉ソーセージ     |                            |                       |       |      |
| 14月    | 28土    | 午前 牛乳、黄桃シラップ漬       | ミルクロールパン        | 牛乳             | 黄桃シラップ漬                    |                       | 625   | 565  |
|        |        | 昼食 ミルクロールパン         | マヨネーズ           | もみの木型ハンバーグ     | ブロッコリー                     |                       | 15.6  | 15.6 |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 23.7  | 22.9 |
|        |        | もみの木ハンバーグ           | じゃが芋、シチュールウ、米油  | ベーコン           | 白菜、玉葱、人参、コーン、マッシュルーム       |                       | 239   | 336  |
|        |        | 白菜のシチュー             |                 |                | ぶどうジュース                    |                       | 2.3   | 1.7  |
| 15月    | 29日    | 午後 ジュース、ケーキ         | クリスマスケーキ        |                |                            |                       |       |      |
|        |        | 午前 牛乳、菓子            | かぼちゃせんべい        | 牛乳             |                            |                       | 541   | 509  |
|        |        | 昼食 そぼろ丼             | 米、砂糖            | 豚肉             | 生姜、人参、さやいんげん               | 醤油                    | 19.6  | 18.7 |
|        |        | みそ汁                 |                 | みそ、煮干、昆布       | 玉葱、人参、大根、葱、しめじ             |                       | 15.5  | 15.7 |
|        |        | バナナ                 |                 |                | バナナ                        |                       | 228   | 281  |
| 16月    | 30日    | 午後 牛乳               | れんこんチップス        | 米油             | 蓮根                         | 塩                     | 1.5   | 1.3  |
|        |        | 飲むヨーグルト、菓子          | にんじんせんべい        | 飲むヨーグルト        |                            |                       | 501   | 380  |
|        |        | 食パン                 | 食パン、いちごジャム      |                |                            |                       | 17.4  | 14.2 |
|        |        | ボトフ                 | じゃが芋            | ウインナー、鶏肉       | かぶ、玉葱、人参、ブロッコリー            | 野菜ブイヨン                | 14.4  | 10.8 |
|        |        | わかめと大根のツナサラダ        | マヨネーズ           | わかめ、鰯油漬        | 大根、人参、コーン                  | 醤油                    | 66    | 138  |
| 17月    | 31日    | 午後 ジュース、菓子          | しそおかき           |                | 野菜ジュース                     |                       | 2.3   | 1.8  |
|        |        | クリームスープパゲティ         | スパゲティ、シチュールウ、米油 | ベーコン           | 玉葱、法蓮草、人参、クリームコーン、コーン、しめじ  | 野菜ブイヨン                | 430   | 378  |
|        |        | みかん                 |                 |                | みかん                        |                       | 11.3  | 9.8  |
|        |        |                     |                 |                |                            |                       | 13.1  | 11.7 |
|        |        | 午後 豆乳飲料、菓子          | 三幸の海老せん         | 豆乳いちご          |                            |                       | 142   | 138  |
| 18月    | 1日     |                     |                 |                |                            |                       | 2.4   | 2.0  |

※「塩」は味の調整に随時使用します。 ※「酢」は蓮根・牛蒡等の褐変防止に随時使用します。 ※「米・牛乳(10)・鶏肉・小麦粉・米粉・卵」の産地は年間を通じて愛知県産の予定です。

※ 材料の都合上、献立が急ぎょ変更になる場合があります。

# 令和6年12月保育園給食献立表 離乳食(後期・中期)

\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

春日井市こども未来部保育課

| 日曜  | 時間    | 献立                   | 材 料 名             |                    |                            |               |
|-----|-------|----------------------|-------------------|--------------------|----------------------------|---------------|
|     |       |                      | 黄色の食品<br>熱や力になるもの | 赤の食品<br>血や肉や骨になるもの | 緑の食品<br>体の調子を整えるもの         | その他<br>(調味料等) |
| 2月  | 16 午前 | 菓子                   | ソフトな小魚せん          |                    |                            |               |
|     | 16 昼食 | ささみと野菜のお粥<br>キャベツ煮   | 米、さつま芋            | 鶏肉                 | 玉葱、人参、かぶ<br>キャベツ、人参        | 野菜スープ         |
|     | 16 午後 | 菓子                   | たまごボーロ            |                    |                            |               |
| 3火  | 17 午前 | 菓子                   | 野菜入りソフトおせんべい      |                    |                            |               |
|     | 17 昼食 | お粥                   | 米                 |                    |                            |               |
|     | 17 午後 | 煮魚<br>野菜汁            | 砂糖                | かれい<br>煮干、昆布       | ブロッコリー<br>小松菜、大根、人参、舞茸     | 醤油            |
|     | 17 午後 | 菓子                   | ひじきと青のりおせんべい      |                    |                            |               |
| 4水  | 18 午前 | 菓子                   | お野菜せんべい法連草人参      |                    |                            |               |
|     | 18 昼食 | キャベツ粥<br>豆腐と野菜の煮物    | 米<br>砂糖           |                    | キャベツ<br>人参、白菜、葱、えのき茸、椎茸    | 醤油            |
|     | 18 午後 | ふかし芋                 | さつま芋              |                    |                            |               |
| 5木  | 19 午前 | 菓子                   | お魚すなっく            |                    |                            |               |
|     | 19 昼食 | 魚入り人参粥<br>みそ汁<br>みかん | 米                 | かれい<br>鰹粉、昆布、みそ    | 人参<br>大根、人参、葱、えのき茸<br>みかん  |               |
|     | 19 午後 | 菓子                   | かぼちゃ&にんじんリング      |                    |                            |               |
|     | 19 午後 | 菓子                   | お野菜すなっく人参トマト      |                    |                            |               |
| 6金  | 20 午前 | お粥                   | 米                 |                    |                            |               |
|     | 20 午後 | 大豆の含め煮<br>南瓜の煮物      |                   | 大豆                 | 南瓜、玉葱、キャベツ、人参、エリンギ         | 和風だし、醤油       |
|     | 20 午後 | 菓子                   | しらす&わかめせんべい       |                    |                            |               |
|     | 20 午後 | 菓子                   | 煮込みうどん<br>バナナ     | うどん<br>鮭水煮、鰹粉、昆布   | 葱、人参、法連草、椎茸<br>バナナ         | 醤油            |
| 7土  | 21 午前 | 菓子                   | 緑黄色野菜ボーロ          |                    |                            |               |
|     | 21 午後 | 菓子                   | ひじきせんべい           |                    |                            |               |
|     | 21 午後 | 菓子                   | 米                 |                    | キャベツ                       |               |
| 9月  | 23 午前 | キャベツ粥                | 豆腐                |                    | 法連草、白菜、人参                  | ホワイトソース       |
|     | 23 午後 | 豆腐と野菜のクリーム煮          | さつま芋              |                    |                            |               |
|     | 23 午後 | さつまいも                |                   |                    |                            |               |
| 10火 | 24 午前 | 菓子                   | ほうれん草と小松菜せんべい     |                    |                            |               |
|     | 24 昼食 | ささみと人参のお粥            | 米                 | 鶏肉                 | 人参                         |               |
|     | 24 午後 | 煮野菜<br>オレンジ          | 里芋、砂糖             | 鰹粉、昆布              | 玉葱、小松菜、椎茸、えのき茸<br>オレンジ     | 醤油            |
|     | 24 午後 | 菓子                   | 鉄分入りソフトおせんべい      |                    |                            |               |
| 11水 | 25 午前 | 菓子                   | 6つの野菜おせんべい        |                    |                            |               |
|     | 25 午後 | お粥                   | 米                 |                    |                            |               |
|     | 25 午後 | 魚のトマト煮<br>かぶの煮物      |                   | かれい                | 玉葱、人参、トマト<br>かぶ、白菜、人参、エリンギ | コンソメ          |
|     | 25 午後 | 菓子                   | カルシウムおせんべい        |                    |                            |               |
| 25水 | 25 午前 | 菓子                   | 6つの野菜おせんべい        |                    |                            |               |
|     | 25 午後 | お粥                   | 米                 |                    |                            |               |
|     | 25 午後 | 魚と野菜の煮物<br>じゃがいものスープ |                   | かれい                | ブロッコリー、人参<br>玉葱、マッシュルーム    | コンソメ          |
|     | 25 午後 | 菓子                   | カルシウムおせんべい        |                    |                            |               |
| 12木 | 26 午前 | 菓子                   | お野菜すなっく南瓜お芋       |                    |                            |               |
|     | 26 午後 | 豆腐と野菜のおじや            | 米                 | 豆腐                 | 人参                         | 和風だし          |
|     | 26 午後 | 野菜汁<br>バナナ           |                   | 煮干、昆布              | 玉葱、人参、大根、葱、しめじ<br>バナナ      |               |
|     | 26 午後 | 菓子                   | 小魚ひじきおこめせん        |                    |                            |               |
| 13金 | 27 午前 | 菓子                   | 小魚せんべい            |                    |                            |               |
|     | 27 午後 | お粥                   | 米                 |                    |                            |               |
|     | 27 午後 | まぐろと野菜の煮物<br>野菜スープ   | じゃが芋、砂糖           | 鮭水煮                | 玉葱、ブロッコリー<br>大根、人参         | 醤油            |
|     | 27 午後 | 菓子                   | 緑黄色野菜ボーロ          |                    |                            |               |
| 14土 | 28 午前 | 煮込みスパゲティ             | スパゲティ、砂糖          | 鶏肉                 | 玉葱、法連草、人参                  | 野菜スープ、醤油      |
|     | 28 午後 | みかん                  |                   |                    | みかん                        |               |
| 14土 | 28 午後 | 菓子                   | お野菜せんべい法連草人参      |                    |                            |               |

※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。  
※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

## ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

**1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。**



# 令和6年12月保育園給食献立表 離乳食(初期)

\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

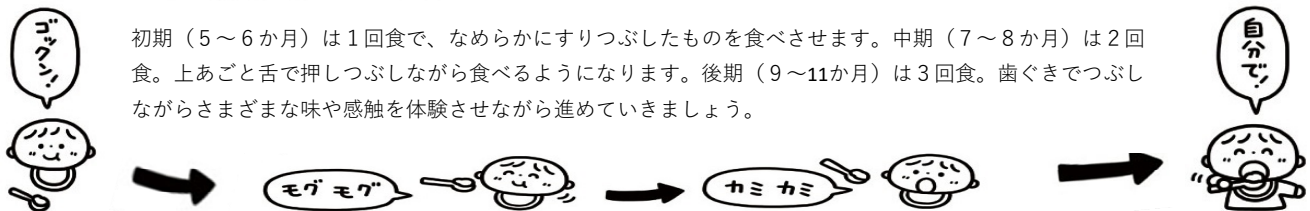
春日井市こども未来部保育課

| 日<br>曜 | 時<br>間 | 献立                            | 材 料 名             |                    |                              |               |
|--------|--------|-------------------------------|-------------------|--------------------|------------------------------|---------------|
|        |        |                               | 黄色の食品<br>熱や力になるもの | 赤の食品<br>血や肉や骨になるもの | 緑の食品<br>体の調子を整えるもの           | その他<br>(調味料等) |
| 2月     | 16月    | 昼食 豆腐と野菜のお粥<br>キャベツ煮          | 米、さつまい            | 豆腐                 | 玉葱、人参、かぶ<br>キャベツ、人参          | 野菜スープ         |
| 3火     | 17火    | 昼食 お粥<br>煮魚<br>野菜汁            | 米                 | かれい<br>煮干、昆布       | ブロッコリー<br>小松菜、大根、人参、舞茸       |               |
| 4水     | 18水    | 昼食 キャベツ粥<br>豆腐と野菜の煮物          | 米                 | 豆腐                 | キャベツ<br>人参、白菜、えのき茸、椎茸        |               |
| 5木     | 19木    | 昼食 魚入り人参粥<br>野菜汁<br>みかん       | 米                 | かれい<br>鰹粉、昆布       | 人参<br>大根、人参、えのき茸<br>みかん      |               |
| 6金     | 20金    | 昼食 お粥<br>煮豆腐<br>南瓜の煮物         | 米                 | 豆腐                 | 南瓜、玉葱、キャベツ、人参、エリンギ           |               |
| 7土     | 21土    | 昼食 煮込みうどん<br>バナナ              | うどん               | 豆腐、鰹粉、昆布           | 人参、法連草、椎茸<br>バナナ             |               |
| 9月     | 23月    | 昼食 キャベツ粥<br>豆腐と野菜のクリーム煮       | 米                 | 豆腐                 | キャベツ<br>法連草、白菜、人参            | ホワイトソース       |
| 10火    | 24火    | 昼食 豆腐と人参のお粥<br>煮野菜<br>オレンジ    | 米<br>里芋           | 豆腐<br>鰹粉、昆布        | 人参<br>玉葱、小松菜、椎茸、えのき茸<br>オレンジ |               |
| 11水    |        | 昼食 お粥<br>魚のトマト煮<br>かぶの煮物      | 米                 | かれい                | 玉葱、人参、トマト<br>かぶ、白菜、人参、エリンギ   | コンソメ          |
|        | 25水    | 昼食 お粥<br>魚と野菜の煮物<br>じゃがいものスープ | 米<br>じゃが芋         | かれい                | ブロッコリー、人参<br>玉葱、マッシュルーム      | コンソメ          |
| 12木    | 26木    | 昼食 豆腐と野菜のおじや<br>野菜汁<br>バナナ    | 米                 | 豆腐<br>煮干、昆布        | 人参<br>玉葱、人参、大根、しめじ<br>バナナ    | 和風だし          |
| 13金    | 27金    | 昼食 お粥<br>魚と野菜の煮物<br>野菜スープ     | 米<br>じゃが芋         | かれい                | 玉葱、ブロッコリー<br>大根、人参           |               |
| 14土    | 28土    | 昼食 豆腐と野菜のお粥<br>みかん            | 米                 | 豆腐                 | 玉葱、法連草、人参<br>みかん             |               |

※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

## \*\*\*\*\* 離乳食の進め方 \*\*\*\*\*



## \*\*\*\*\*

### ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

