

令和7年2月保育園給食献立表

春日井市こども未来部保育課

日 曜	時 間	献立 (午前は乳児のみ)	材 料 名				栄養価				
			黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	その他 (調味料)	Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	食塩相当量 mg
			熱や力になるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を整えるもの						
1 土	15 土	朝食 炒めうどん	うどん、米油	豚肉、花鰹	人参、玉葱、キャベツ、椎茸	醤油	307	275			
		オレンジ			オレンジ		12.1	10.5			
		午後 豆乳飲料、菓子	ミニひじきあられ	豆乳ココア			7.7	7.0			
							139	134			
							1.4	1.3			
3 月		午前 牛乳、りんごシロップ漬		牛乳	りんごシロップ漬		512	522			
		朝食 ご飯	米				24.3	25.1			
		鰯の梅醤油煮	マヨネーズ	鰯梅醤油煮	ブロッコリー		7.7	10.3			
		沢煮わん		豚肉、鰹粉、昆布	大根、人参、葱、えのき茸、牛蒡、筍、さやえんどう、椎茸	醤油	820	923			
		午後 飲むヨーグルト		飲むヨーグルト			1.4	1.2			
		マカロニきなこと	マカロニ、砂糖	きな粉		塩					
		午前 牛乳、りんごシロップ漬		牛乳	りんごシロップ漬		536	519			
		朝食 ご飯	米				24.7	24.1			
		鰯の梅醤油煮	マヨネーズ	鰯梅醤油煮	ブロッコリー		13.1	14.1			
		沢煮わん		豚肉、鰹粉、昆布	大根、人参、葱、えのき茸、牛蒡、筍、さやえんどう、椎茸	醤油	298	356			
		午後 牛乳		牛乳			1.4	1.2			
		マカロニきなこと	マカロニ、砂糖	きな粉		塩					
4 火	18 火	午前 牛乳、菓子	ソフトな小魚せん	牛乳			569	467			
		朝食 ロールパン	ロールパン				18.0	17.1			
		大豆のケチャップ煮	砂糖、米油	大豆、豚肉	玉葱、人参、グリンピース、トマトジュース	トマトケチャップ、ソース、醤油	15.4	14.8			
		野菜スープ			玉葱、南瓜、法連草、コーン、人参、エリンギ	野菜ブイヨン	122	218			
		でこぼん			でこぼん		2.8	2.2			
		午後 チーズ		チーズ							
		菜めしご飯	米		菜めし						
5 水	19 水	午前 牛乳、菓子	のりわかめせんべい	牛乳			600	549			
		朝食 ご飯	米				20.2	19.3			
		豆腐のカレーあん	カレールー、でん粉、米油	豆腐、豚肉、鰹粉	玉葱、青梗菜、人参、春日井産木耳	醤油、みりん、塩	17.2	17.3			
		もやしとキャベツのゆかり和え			緑豆もやし、キャベツ、ゆかり		291	332			
		午後 牛乳		牛乳			2.1	1.8			
		りんごケーキ	小麦粉、砂糖、米油、粉糖		りんごシロップ漬	ベーキングパウダー					
6 木	20 木	午前 牛乳、菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい	牛乳			514	515			
		朝食 ご飯	米				15.6	16.0			
		鰯のみそからめ	米油、砂糖	鰯鰹粉付、みそ	キャベツ	みりん	8.8	11.2			
		れんこんスープ			蓮根、玉葱、青梗菜、葱、人参、マッシュルーム	野菜ブイヨン	85	186			
		りんご			りんご		1.3	1.1			
		午後 ジュース、菓子	ひこうきビスケット		野菜ジュースベリーサラダ						
7 金	21 金	午前 牛乳、黄桃シラップ漬		牛乳	黄桃シラップ漬		526	523			
		朝食 ハヤシライス	米、じゃが芋、米粉ハヤシルウ、米油	豚肉	人参、玉葱、エリンギ、グリンピース	トマトビュッレ、ソース、トマトケチャップ	13.1	13.9			
		フレンチサラダ	米油、砂糖	鰯油漬	キャベツ、人参、コーン	酢、塩	12.1	13.7			
		午後 ジュース、菓子	ミニサラダお味		ぶどうジュース		38	144			
							1.4	1.4			
8 土	22 土	朝食 中華飯	米、米油、ごま油、でん粉	豚肉	玉葱、白菜、青梗菜、人参、春日井産木耳、椎茸	醤油、中華だしの素	439	374			
		伊予柑			伊予柑		11.1	9.2			
		午後 ジュース、菓子	スイートポテトビスケット		野菜ジュース		7.2	6.1			
							69	60			
							1.1	1.0			
10 月		午前 牛乳、みかんシロップ漬		牛乳	みかんシロップ漬		590	563			
		朝食 ご飯	米				21.3	20.9			
		鶏肉のじぶ煮	でん粉、米粉、米油、じゃが芋、砂糖	鶏肉、鰹粉	生姜、玉葱、人参、さやいんげん、椎茸	醤油、みりん	18.4	19.0			
		白菜とキャベツの昆布和え		塩昆布	白菜、キャベツ、人参		202	264			
		午後 牛乳		牛乳			1.5	1.5			
		ツナトースト	食パン、マヨネーズ	鰯油漬	パセリ						
25 火		午前 牛乳、菓子	にんじんせんべい	牛乳			512	484			
		朝食 麻婆茄子丼	米、砂糖、でん粉、米油、ごま油	豚肉、みそ	茄子、葱、人参、椎茸、にんにく、生姜	中華だしの素、醤油	17.0	16.6			
		わかめスープ		わかめ、豆腐	玉葱、小松菜、葱、人参	醤油、中華だしの素	16.1	16.2			
		午後 牛乳、菓子	二度がけふ菓子	牛乳			226	282			
							1.5	1.3			
12 水	26 水	午前 飲むヨーグルト、菓子	サクッとあられ	飲むヨーグルト			615	574			
		朝食 ご飯	米				20.9	19.9			
		鰯の醤油炖焼		鰯醤油炖焼	キャベツ		18.1	16.3			
		みそ汁		みそ、煮干、昆布	玉葱、人参、大根、しめじ、葱		245	269			
		りんご			りんご		1.2	1.2			
		午後 牛乳		牛乳							
		南瓜蒸しパン	小麦粉、砂糖		南瓜	ベーキングパウダー					
13 木	27 木	午前 牛乳、菓子	おこめせん&にんじん&かぼちゃ味	牛乳			507	471			
		朝食 ご飯	米				17.5	16.9			
		みそおでん	里芋、砂糖	竹輪、厚揚げ、蒟蒻、鰹粉、昆布、みそ	大根、人参	みりん	12.0	13.1			
		和風ツナサラダ	砂糖	鰯油漬、わかめ	キャベツ、人参	酢、醤油	263	307			
		午後 牛乳		牛乳			1.8	1.6			
		れんこんチップス	米油		蓮根	塩					
14 金	28 金	午前 牛乳、黄桃シラップ漬		牛乳	黄桃シラップ漬		547	456			
		朝食 ミルクロールパン	ミルクロールパン				17.8	16.2			
		えびじゃがマヨ	でん粉、米粉、じゃが芋、米油、マヨネーズ、砂糖	むきえび		トマトケチャップ	21.8	19.5			
		法連草と白菜のスープ			法連草、白菜、玉葱、人参、エリンギ	野菜ブイヨン	207	261			
		午後 牛乳、菓子	サラダかきもち	牛乳			1.8	1.3			

※「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、献立が急きょ変更になる場合があります。

令和7年2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 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)
1 土	15 土	昼食 煮込みうどん	うどん	鶏肉、花鰹	人参、玉葱、キャベツ、椎茸	醤油
		オレンジ			オレンジ	
		午後 菓子	しらす&わかめせんべい			
3 月	17 月	午前 菓子	お野菜すなっく南瓜お芋			
		昼食 野菜粥	米	鰹粉、昆布	大根、人参、葱、えのき茸、椎茸	
		魚のコーンクリーム煮		かれい	ブロッコリー	コーンクリームスープ
4 火	18 火	午後 菓子	鉄分入りソフトおせんべい			
		午前 菓子	ソフトな小魚せん			
		昼食 人参粥	米		人参	
5 水	19 水	大豆と野菜の煮物		大豆	玉葱、南瓜	和風だし、醤油
		でこぼん			でこぼん	
		午後 菓子	たまごボーロ			
6 木	20 木	午前 菓子	かぼちゃ&にんじんリング			
		昼食 キャベツ粥	米		キャベツ	
		豆腐入り野菜汁		豆腐、鰹粉	玉葱、青梗菜、人参	醤油
7 金	21 金	午後 菓子	ひじきと青のりおせんべい			
		午前 菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい			
		昼食 お粥	米			
8 土	22 土	煮魚	砂糖	かれい	キャベツ	醤油
		野菜の煮物			玉葱、人参、葱、マッシュルーム	
		午後 菓子	カルシウムおせんべい			
9 日	23 日	午前 菓子	ひじきせんべい			
		昼食 そぼろがゆ	米、じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参	
		野菜スープ			キャベツ、人参、エリンギ	コンソメ
10 月	24 月	午後 菓子	緑黄色野菜ボーロ			
		昼食 豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	白菜、青梗菜、人参、椎茸	野菜スープ
		伊予柑			伊予柑	
11 火	25 火	午後 菓子	6つの野菜おせんべい			
		午前 菓子	お魚すなっく			
		昼食 お粥	米			
12 水	26 水	野菜そぼろ煮	じゃが芋	鶏肉、鰹粉	人参	
		キャベツ煮			キャベツ、白菜	コンソメ
		午後 菓子	お野菜せんべい法連草人参			
13 木	27 木	午前 菓子	カルシウムおせんべい			
		昼食 豆腐と野菜のおじや	米	豆腐	人参、葱、椎茸	醤油
		野菜スープ			人参、玉葱、小松菜	
14 金	28 金	午後 菓子	かぼちゃ&にんじんリング			
		午前 菓子	お野菜すなっく人参トマト			
		昼食 お粥	米			
15 土	29 土	煮魚		かれい	キャベツ	
		みそ汁		煮干、昆布、みそ	玉葱、人参、大根、しめじ	
		午後 南瓜			南瓜	
16 日	30 日	午前 菓子	ほうれん草と小松菜せんべい			
		昼食 お粥	米			
		野菜のクリーム煮		鶏肉	キャベツ、人参	ホワイトソース
17 月	31 月	里芋の煮物	里芋	鰹粉	大根	
		午後 菓子	小魚せんべい			
		午前 菓子	小魚ひじきおこめせん			
18 火	2 火	昼食 魚入り野菜粥	米	かれい	法連草	
		煮野菜	じゃが芋		白菜、人参、エリンギ	野菜スープ
		午後 菓子	野菜入りソフトおせんべい			

※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7年2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

日曜	時間	献立	材 料 名			
			黄色の食品 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)
1土	15土	昼食	煮込みうどん	うどん	かれい、花鰹	人参、玉葱、キャベツ、椎茸
			オレンジ		オレンジ	
3月	17月	昼食	野菜粥	米	鰹粉、昆布	大根、人参、えのき茸、椎茸
			魚のコーンクリーム煮		かれい	ブロッコリー
						コーンクリームスープ
4火	18火	昼食	人参粥	米		人参
			豆腐と野菜の煮物		豆腐	玉葱、南瓜
			でこぼん		でこぼん	
5水	19水	昼食	キャベツ粥	米		キャベツ
			豆腐入り野菜汁		豆腐、鰹粉	玉葱、青梗菜、人参
6木	20木	昼食	お粥	米		
			煮魚		かれい	キャベツ
			野菜の煮物			玉葱、人参、マッシュルーム
7金	21金	昼食	豆腐がゆ	米、じゃが芋	豆腐	玉葱、人参
			野菜スープ			キャベツ、人参、エリンギ
						コンソメ
8土	22土	昼食	豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	白菜、青梗菜、人参、椎茸
			伊予柑		伊予柑	
10月		昼食	お粥	米		
			豆腐と野菜煮	じゃが芋	豆腐、鰹粉	人参
			キャベツ煮			キャベツ、白菜
						コンソメ
	25火	昼食	豆腐と野菜のおじや	米	豆腐	人参、椎茸
			野菜スープ			人参、玉葱、小松菜
12水	26水	昼食	お粥	米		
			煮魚		かれい	キャベツ
			野菜汁		煮干、昆布	玉葱、人参、大根、しめじ
13木	27木	昼食	お粥	米		
			野菜のクリーム煮		豆腐	キャベツ、人参
			里芋の煮物	里芋	鰹粉	大根
14金	28金	昼食	魚入り野菜粥	米	かれい	法連草
			煮野菜	じゃが芋		白菜、人参、エリンギ
						野菜スープ

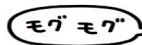
※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急ぎょ変更になる場合があります。

***** 離乳食の進め方 *****



初期(5~6か月)は1回食で、なめらかにすりつぶしたものを食べさせます。中期(7~8か月)は2回食。上あごと舌で押しつぶしながら食べるようになります。後期(9~11か月)は3回食。歯ぐきでつぶしながらさまざまな味や感触を体験させながら進めていきましょう。



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。

