

令和8年1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)	エネルギー	Kcal
			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		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
5月	19月	午前 牛乳、菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい	牛乳			561	530
		昼食 ツナカレーライス	米、里芋、カレールウ、米油	鰯油漬	玉葱、人参、りんごピューレ	ソース	16.3	16.0
		切干大根サラダ	マヨネーズ	わかめ	切干大根、ブロッコリー、人参	醤油	18.9	18.9
		午後 牛乳、菓子	チーズクラッカー	牛乳			206	262
6火	20火	午前 牛乳、菓子	ソフトな小魚せん	牛乳			2.3	2.2
		昼食 ご飯	米				511	477
		麻婆豆腐	米油、ごま油、砂糖、でん粉	豆腐、豚肉、みそ	葱、人参、にら、椎茸、にんにく、生姜	中華だしの素、醤油	19.0	18.4
		中華風スープ			玉葱、小松菜、人参、えのき茸	醤油、中華だしの素	14.7	15.3
7水		午後 牛乳		牛乳			303	346
		みかん			みかん		1.3	1.2
		午前 牛乳、菓子	きらきらコーンのおほしさま	牛乳			487	521
		昼食 雑炊	米	かまぼこ、鰹粉、昆布	かぶ、大根、白菜、人参	醤油、塩	16.9	19.2
8木	22木	にしん照り煮	マヨネーズ	にしん照り煮	ブロッコリー		19.4	22.9
		午後 牛乳、菓子	源氏パイ	牛乳			220	334
		午前 牛乳、菓子	きらきらコーンのおほしさま	牛乳			1.7	1.5
		昼食 ご飯	米				561	581
9金	23金	にしん照り煮	マヨネーズ	にしん照り煮	ブロッコリー		19.9	21.5
		豚汁(醤油味)		豚肉、鰹粉、昆布	大根、人参、牛蒡、葱、舞茸	醤油	20.5	23.8
		午後 牛乳、菓子	源氏パイ	牛乳			222	334
		にんじんせんべい					1.4	1.4
10土	24土	午前 牛乳、菓子	にんじんせんべい	牛乳			558	450
		昼食 ロールパン	ロールパン				20.8	18.1
		揚げ魚のコーンクリームがけ	米油、マヨネーズ	鰹粉付	玉葱、クリームコーン、人参、キャベツ	野菜ブイヨン	24.4	20.8
		野菜スープ			玉葱、南瓜、法連草、人参、エリンギ	野菜ブイヨン	213	267
11月		午後 牛乳		牛乳			2.2	1.8
		ポテト田楽	じゃが芋、砂糖	みそ		みりん		
		午前 牛乳、黄桃シロップ漬		牛乳	黄桃シロップ漬		490	496
		昼食 ご飯	米				14.1	14.9
12月		肉じゃが	じゃが芋、砂糖、米油	豚肉、蒟蒻	人参、玉葱、グリーンピース	醤油	10.6	12.9
		カリフラワーのごま酢和え	ごま、砂糖	鰯油漬	カリフラワー、人参	酢、醤油	70	177
		午後 ジュース、菓子	厚切りバウムクーヘンあまおう苺		野菜ジュース		1.0	1.0
		味噌ラーメン	中華そば	豚肉、みそ	コーン、人参、緑豆もやし、にら、白菜、葱	中華だしの素、みりん	334	290
13火	26月	りんご			りんご		9.5	7.5
		午後 ジュース、菓子	三幸の揚せん 薫るしお味		野菜ジュースマンゴーサラダ		7.6	6.7
							56	50
							2.3	1.9
14水	27火	午前 牛乳、菓子	バフスナック塩味	牛乳			539	504
		昼食 ご飯	米				19.4	18.7
		鶏肉とごぼうの炒め煮	砂糖、米油	鶏肉、蒟蒻	牛蒡、人参、さやいんげん、椎茸	醤油	10.2	12.2
		漬汁		鰹粉、昆布	玉葱、法連草、人参、葱、えのき茸	醤油	228	280
15木	28水	午後 牛乳		牛乳			1.3	1.3
		マーマレード蒸しパン	小麦粉、砂糖、マーマレード			ベーキングパウダー		
		午前 牛乳、菓子	ふわふわソフトせんべい	牛乳			552	526
		昼食 厚揚げ丼	米、砂糖、でん粉	厚揚げ、鶏肉、蒟蒻、鰹粉	玉葱、人参、筍、椎茸	醤油	20.2	19.6
16金	30金	わかめスープ		わかめ	玉葱、小松菜、葱、人参	醤油、中華だしの素	16.4	17.2
		午後 牛乳		牛乳			218	275
		抹茶ラスク	食パン、米油、グラニュー糖			抹茶	1.5	1.5
		午前 牛乳、菓子	おこめせん&かぼちゃ味	牛乳			525	435
17土	31土	昼食 ミルクロールパン	ミルクロールパン				20.0	17.5
		トマトシチュー	米油、じゃが芋、トマトルウ	豚肉	玉葱、人参、しめじ	トマトピューレ、トマトケチャップ、ソース	18.0	16.4
		キャベツのコーン煮			キャベツ、人参、コーン	野菜ブイヨン	215	272
		伊予柑			伊予柑		2.2	1.5
18日		午後 牛乳、菓子	小さな米蜜ビスケットおこめ	牛乳				
		飲むヨーグルト、菓子	かぼちゃせんべい	飲むヨーグルト			587	541
		昼食 ご飯	米				18.1	17.2
		鰯の醤油粕漬		鰯醤油粕漬	キャベツ		18.7	16.7
19月		五目汁		鰹粉、昆布	玉葱、大根、人参、牛蒡、椎茸	醤油	206	236
		りんご			りんご		0.7	0.7
		午後 牛乳		牛乳				
		さつまいももちぜんざい	さつまいも、でん粉、米油、つぶあん					
20火	29木	飲むヨーグルト、菓子	かぼちゃせんべい	飲むヨーグルト			575	532
		昼食 ご飯	米				17.7	16.9
		鰯の醤油粕漬		鰯醤油粕漬	キャベツ		18.6	16.6
		五目汁		鰹粉、昆布	玉葱、大根、人参、牛蒡、椎茸	醤油	206	236
21水		りんご			りんご		0.9	0.9
		午後 牛乳		牛乳				
		さつまいももち	さつまいも、でん粉、米油、砂糖			醤油、みりん		
		午前 牛乳、黄桃シロップ漬		牛乳	黄桃シロップ漬		543	518
22木	31土	昼食 ご飯	米				19.6	18.6
		鶏肉唐揚げ	でん粉、米油	鶏肉	生姜、にんにく、キャベツ	醤油	19.5	19.2
		みそ汁		みそ、煮干、昆布	玉葱、人参、小松菜、葱、しめじ		239	290
		午後 牛乳、菓子	スティックポテト	牛乳			1.1	1.0
23金		きしめん	きしめん	かまぼこ、鶏肉、油揚げ、鰹粉、昆布	法連草、葱、人参、椎茸	醤油	345	305
		みかん			みかん		14.6	12.5
		午後 豆乳飲料、菓子	かおり千枚	豆乳いちご			5.4	4.9
							167	159
24土							2.7	2.3

※ 「塩」は味の調整に随時使用します。 ※ 「酢」は連根・牛蒡等の褐変防止に随時使用します。

※ 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8年1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)
5月	19 午前	菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい			
	19 昼食	ツナ入り野菜おじや	米	鮭水煮	人参、ブロッコリー	和風だし
		煮野菜	里芋		人参、玉葱	
	19 午後	菓子	お野菜すなっく人参トマト			
6火	20 午前	菓子	ソフトな小魚せん			
	20 昼食	お粥	米			
		豆腐と野菜の味噌煮	砂糖	豆腐、みそ	玉葱、人参、椎茸	
		小松菜のスープ			小松菜、玉葱、葱、えのき茸	
	20 午後	みかん			みかん	
7水	21 午前	菓子	お野菜すなっく南瓜お芋			
	21 昼食	雑炊	米	鯉粉、昆布	かぶ、人参、大根、白菜	醤油
		煮魚		かれい	ブロッコリー	
	21 午後	菓子	6つの野菜おせんべい			
8木	22 午前	菓子	お野菜すなっく南瓜お芋			
	22 昼食	野菜粥	米		ブロッコリー、人参	
		魚と野菜のみぞれ煮		かれい、鯉粉、昆布	大根、人参、葱、舞茸	醤油
	22 午後	菓子	6つの野菜おせんべい			
9金	23 午前	菓子	小魚とひじきのおこめせん			
	23 昼食	お粥	米			
		豆腐のクリーム煮		豆腐	キャベツ、玉葱、人参	ホワイトソース
		野菜スープ			南瓜、玉葱、法連草、エリンギ	
	23 午後	じゃがいも	じゃが芋			
10土	24 午前	菓子	お野菜せんべい法連草人参			
	24 昼食	人参粥	米		人参	
		鶏肉と野菜のスープ煮	じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参、カリフラワー	コンソメ
	24 午後	菓子	ひじきせんべい			
11月	24 昼食	味噌おじや	米	みそ	白菜、人参、葱	
		煮豆腐		豆腐		
	24 午後	菓子	カルシウムおせんべい			
	26 午前	菓子	お野菜すなっく人参トマト			
12月	26 昼食	みどり粥	米		法連草、椎茸	
		魚と野菜の煮物		かれい、鯉粉、昆布	玉葱、人参、葱、えのき茸	醤油
	26 午後	菓子	6つの野菜おせんべい			
	27 午前	菓子	お野菜すなっく南瓜お芋			
13火	27 昼食	お粥	米			
		豆腐と野菜の煮物	砂糖	豆腐	玉葱、人参、椎茸	醤油
		野菜汁		鯉粉	玉葱、小松菜、葱	
	27 午後	菓子	お魚すなっく			
	28 午前	菓子	小魚とひじきのおこめせん			
14水	28 昼食	魚入りトマトおじや	米	鮭水煮	キャベツ、しめじ	トマトピューレ、コンソメ
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱	
		伊予柑			伊予柑	
	28 午後	菓子	カルシウムおせんべい			
	29 午前	菓子	ひじきと青のりおせんべい			
15木	29 昼食	お粥	米			
		煮豆腐		豆腐、鯉粉、昆布	椎茸	醤油
		ボイル野菜			キャベツ、人参、大根	
	29 午後	さつまいも	さつま芋			
	30 午前	菓子	お魚すなっく			
16金	30 昼食	キャベツ粥	米	煮干、昆布	キャベツ	
		鶏肉と野菜のクリーム煮		鶏肉	玉葱、人参、小松菜、しめじ	ホワイトソース
	30 午後	菓子	お野菜せんべい法連草人参			
	31 昼食	煮込みきしめん	きしめん	鮭水煮、鯉粉、昆布	法連草、人参、葱、椎茸	醤油
17土	31 午後	みかん			みかん	
		菓子	ひじきせんべい			

※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8年1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	赤の食品	緑の食品	その他
			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	(調味料等)
5月	19月	昼食 豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	人参、ブロッコリー	和風だし
		煮野菜	里芋		人参、玉葱	
6火	20火	昼食 お粥	米			
		豆腐と野菜の煮物		豆腐	玉葱、人参、椎茸	
		小松菜のスープ			小松菜、玉葱、えのき茸	
7水		昼食 雑炊	米	鰹粉、昆布	かぶ、人参、大根、白菜	
		煮魚		かれい	ブロッコリー	
	21水	昼食 野菜粥	米		ブロッコリー、人参	
		魚と野菜のみぞれ煮		かれい、鰹粉、昆布	大根、人参、舞茸	
8木	22木	昼食 お粥	米			
		豆腐のクリーム煮		豆腐	キャベツ、玉葱、人参	ホワイトソース
		野菜スープ			南瓜、玉葱、法連草、エリンギ	
9金	23金	昼食 人参粥	米		人参	
		魚と野菜のスープ煮	じゃが芋	かれい	玉葱、人参、カリフラワー	コンソメ
10土	24土	昼食 野菜粥	米		白菜、人参	
		煮豆腐		豆腐		
	26月	昼食 みどり粥	米		法連草、椎茸	
		魚と野菜の煮物		かれい、鰹粉、昆布	玉葱、人参、えのき茸	
13火	27火	昼食 お粥	米			
		豆腐と野菜の煮物		豆腐	玉葱、人参、椎茸	
		野菜汁		鰹粉	玉葱、小松菜	
14水	28水	昼食 魚入りトマトおじや	米	かれい	キャベツ、しめじ	トマトピューレ、コンソメ
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱	
		伊予柑			伊予柑	
15木	29木	昼食 お粥	米			
		煮豆腐		豆腐、鰹粉、昆布	椎茸	
		ボイル野菜			キャベツ、人参、大根	
16金	30金	昼食 キャベツ粥	米	煮干、昆布	キャベツ	
		魚と野菜のクリーム煮		かれい	玉葱、人参、小松菜、しめじ	ホワイトソース
17土	31土	昼食 煮込みきしめん	きしめん	豆腐、鰹粉、昆布	法連草、人参、椎茸	
		みかん			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 *****



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。

