



# こんだてひょう

向原保育園  
向原第二保育園

2020年度

日	曜	乳 児		延長補食	幼 児		
		午 前 食	午 後 食		昼 食	お や つ	
1	火	ごはん,さばケチャップ煮 なすのオイスター炒め煮,みそ汁(大根),牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 野菜スープ	せんべい	ごはん,さばケチャップ煮 なすのオイスター炒め煮,みそ汁(大根)	レーズン蒸しパン,牛乳	
2	水	わかめごはん,豆腐の中華焼き キャベツのおかか和え,すまし汁(じゃが芋),牛乳	マカロニきなこ,牛乳 みそ汁(なす)	チーズ クラッカー	わかめごはん,豆腐の中華焼き キャベツのおかか和え,すまし汁(じゃが芋)	スキムミルクわらびもち 牛乳	
3	木	豆乳パン,鮭のコーンチーズ焼き ハワイアンサラダ,かぶのスープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 すまし汁(麩)	ヨーグルト	豆乳パン,鮭のコーンチーズ焼き ハワイアンサラダ,かぶのスープ	昆布おにぎり,牛乳	
4	金	ごはん,鶏肉のマーメレード焼き 生揚げと野菜の炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳	スイートポテト,牛乳 もやしスープ,くだもの	きなこ トースト	ごはん,鶏肉のマーメレード焼き 生揚げと野菜の炒め煮,みそ汁(白菜)	スイートポテト 牛乳,くだもの	
5	土	ツナピラフ ポテトフレンチサラダ,大根スープ,牛乳	きなこトースト,牛乳 白菜スープ,くだもの	せんべい	ツナピラフ,ポテトフレンチサラダ,大根スープ	きなこトースト 牛乳,くだもの	
6	日						
7	月	チキンカレーライス マカロニサラダ,すまし汁(豆腐),牛乳	五目にゅうめん,牛乳,くだもの	ジャム サンド	チキンカレーライス マカロニサラダ,すまし汁(豆腐)	フルーツ白玉,牛乳	
8	火	ごはん,カジキごまだれ焼 切干大根の煮物,みそ汁(わかめ),牛乳	ホットケーキ,牛乳 白菜スープ,くだもの	焼き芋	ごはん,アジごまだれ焼 切干大根の煮物,みそ汁(わかめ)	マーブルクッキー 牛乳,くだもの	
9	水	五目うどん,ポテトチーズ焼き,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	ビスケット	豚しゃぶうどん,ポテトチーズ焼き,くだもの	ツナおにぎり,牛乳	
10	木	ごはん,豆腐ハンバーグ キャベツ昆布和え,すまし汁(大根),牛乳	豚ちぢみ,牛乳,わかめスープ	くだもの	ごはん,豆腐ハンバーグ キャベツ昆布和え,すまし汁(大根)	豚ちぢみ,牛乳	
11	金	鮭チャーハン とうがんの炒め煮,ワンタンスープ,牛乳	クリームサンド,牛乳 トマトスープ,くだもの	せんべい	鮭チャーハン とうがんの炒め煮,ワンタンスープ,くだもの	クリームサンド,牛乳	
12	土	わかめうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	そばろおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	ビスケット	わかめうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	そばろおにぎり,牛乳	
13	日						
14	月	焼きそば ブロッコリーチーズ和え,コーンと卵のスープ,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(じゃが芋),くだもの	せんべい	焼きそば,ブロッコリーチーズ和え コーンと卵のスープ,くだもの	じゃこおにぎり,牛乳	
15	火	ごはん,フライ(ズッキーニ,人参,鶏肉,ウインナー) キャベツ浅漬け,ごんぼ汁,牛乳	お好み焼き焼き,牛乳 すまし汁(麩)	チーズ クラッカー	ごはん,キャベツ浅漬け,ごんぼ汁 フライ(ズッキーニ,人参,鶏肉,ウインナー)	たこ焼き,牛乳	
16	水	ごはん,カレイ照り焼き マーボーなす,みそ汁(キャベツ),牛乳	ごまトースト,かぶのスープ フルーツヨーグルト	おにぎり	ごはん,カレイ照り焼き マーボーなす,みそ汁(キャベツ)	ごまクッキー フルーツヨーグルト	
17	木	豆乳パン,豆腐とツナのチーズ焼き さつま芋のサラダ,大根スープ,牛乳	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜)	ヨーグルト	豆乳パン,豆腐とツナのチーズ焼き さつま芋のサラダ,大根スープ	焼きおにぎり,牛乳	
18	金	ごはん,サワラ梅みそ焼 モロヘイヤ納豆和え,そうめん汁,牛乳	ミートロール,牛乳 野菜スープ,くだもの	くだもの	ごはん,サワラ梅みそ焼 モロヘイヤ納豆和え,そうめん汁	ウインナーロール 牛乳,くだもの	
19	土	五目炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(もやし),牛乳	フルーツサンド,牛乳 白菜スープ	せんべい	五目炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(もやし)	フルーツサンド,牛乳	
20	日						
21	月	敬 老 の 日					
22	火	秋 分 の 日					
23	水	きつねうどん,いりどり,牛乳	きなこおにぎり,牛乳 みそ汁(なす),くだもの	ビスケット	きつねうどん,いりどり,くだもの	おはぎ,牛乳	
24	木	鮭のクリームスパゲティー 根菜サラダ,もやしスープ	ホットケーキ,牛乳 かぼちゃのスープ	焼き芋	誕 生 会 お 楽 し み 給 食		
25	金	ごはん,サワラのかば焼き わかめの酢の物,みそ汁(切干大根),牛乳	カレーパン,牛乳,かぶのスープ	ヨーグルト	ごはん,サワラのかば焼き わかめの酢の物,みそ汁(切干大根)	カレーパン,牛乳	
26	土	中華丼,もやしのナムル,わかめスープ(豆腐),牛乳	じゃが芋もち,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	せんべい	中華丼,もやしのナムル,わかめスープ(豆腐)	じゃが芋もち,牛乳	
27	日						
28	月	ちゃんぽんうどん,生揚げの含め煮,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	ビスケット	ちゃんぽんうどん,生揚げの含め煮,くだもの	チーズおにぎり,牛乳	
29	火	ごはん,カジキりんごソース煮 ほうれん草の白和え,みそ汁(とうがん),牛乳	ウエハース,ヨーグルトゼリー ヌードルスープ	おにぎり	ごはん,かつおりんごソース煮 ほうれん草の白和え,みそ汁(とうがん)	ウエハース ヨーグルトゼリー	
30	水	ロールパン,鶏肉タンドリー焼き コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	みそ焼きおにぎり,牛乳 すまし汁(じゃが芋)	くだもの	ロールパン,鶏肉タンドリー焼き コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	みそ焼きおにぎり,牛乳	

		1歳児 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	目標量	465	17.5	14	1.7
	摂取量	475	18.6	14.7	1.7
幼 児	目標量	570	21	17	2
	摂取量	579	21.9	18.1	2

都合により、献立が変更になる場合がございます

