



# 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,サバごま味噌焼き キャベツのおかか和え,すまし汁(大根),牛乳	人参蒸しパン,牛乳 コーンのスープ	ふかし芋	ごはん,サバごま味噌焼き キャベツのおかか和え,すまし汁(大根)	人参蒸しパン,牛乳
2 水	みそ煮込みうどん,野菜の炒め煮,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 すまし汁(麴),くだもの	ビスケット	みそ煮込みうどん,野菜の炒め煮,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
3 木	ごはん,豆腐の中華焼き れんこんきんぴら,みそ汁(なす),牛乳	焼きそば,牛乳,わかめスープ	ジャム サンド	ごはん,豆腐の中華焼き れんこんきんぴら,みそ汁(なす)	焼きそば,牛乳
4 金	豆乳パン,カジキパン粉焼き ハワイアンサラダ,もやしスープ,牛乳	そばろおにぎり,牛乳 みそ汁(かぶ)	くだもの	豆乳パン,白身魚コーンフレーク焼き ハワイアンサラダ,もやしスープ	やきとりおにぎり,牛乳
5 土	五目うどん,冬野菜の肉みそかけ,牛乳	チョコクリームサンド,牛乳 トマトスープ,くだもの	せんべい	五目うどん,冬野菜の肉みそかけ,くだもの	チョコクリームサンド 牛乳
6 日					
7 月	わかめごはん,鶏肉のマーメレード焼き ほうれん草の磯和え,みそ汁(さつま芋),牛乳	チーズトースト,大根スープ フルーツヨーグルト	ふかし芋	わかめごはん,鶏肉のマーメレード焼き ほうれん草の磯和え,みそ汁(さつま芋)	チーズクッキー フルーツヨーグルト
8 火	きつねうどん,もち米しゅうまい,牛乳	鮭おにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	チーズ クラッカー	きつねうどん,もち米しゅうまい,くだもの	鮭おにぎり,牛乳
9 水	ごはん,カレイ野菜あんかけ なすのみそ炒め,そうめん汁,牛乳	かぼちゃの天ぷら,牛乳 みそ汁(かぶ),くだもの	おにぎり	ごはん,カレイ野菜あんかけ なすのみそ炒め,そうめん汁	かぼちゃの天ぷら 牛乳,くだもの
10 木	中華風炊き込みごはん ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ,牛乳	きなこクリームサンド,牛乳 野菜スープ,くだもの	せんべい	中華風おこわ,くだもの ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ	きなこクリームサンド 牛乳
11 金	ごはん,高野豆腐フライ 切干大根のサラダ,みそ汁(キャベツ),牛乳	じゃが芋もち,牛乳 すまし汁(麴),くだもの	きなこ トースト	ごはん,高野豆腐フライ 切干大根のサラダ,みそ汁(キャベツ)	白玉あずき,牛乳
12 土	チキンピラフ じゃが芋のチーズ焼き,トマトスープ,牛乳	ホットケーキ,牛乳 白菜スープ,くだもの	ビスケット	チキンピラフ じゃが芋のチーズ焼き,トマトスープ	ホットケーキ 牛乳,くだもの
13 日					
14 月	きのこうどん,おでん風煮物,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの	せんべい	きのこうどん,おでん風煮物,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
15 火	豆乳パン,鮭のマヨネーズ焼き コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	五平もち,牛乳 すまし汁(じゃが芋)	くだもの	豆乳パン,鮭のマヨネーズ焼き コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	五平もち,牛乳
16 水	ごはん,ハンバーグ カリフラワーサラダ,大根スープ,牛乳	チーズ蒸しパン,牛乳 ポパイスープ,くだもの	おにぎり	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
17 木	ごはん,さわら甘酢煮 ひじきの炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳	煮込みうどん,牛乳,くだもの	ヨーグルト	ごはん,さわら甘酢煮 ひじきの炒め煮,みそ汁(白菜)	すいとん,牛乳,くだもの
18 金	奈良県 奈良茶めし,飛鳥鍋風汁,くずきりサラダ,牛乳	豆乳フレンチトースト,牛乳 きのこスープ,くだもの	ジャム サンド	奈良県 奈良茶めし,飛鳥鍋風汁,くずきりサラダ	くつしたクッキー 牛乳,くだもの
19 土	わかめうどん,いりどり,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの	ビスケット	わかめうどん,いりどり,くだもの	昆布おにぎり,牛乳
20 日					
21 月	ごはん 豆腐ハンバーグ,かぼちゃの煮物,五目汁,牛乳	ミートロール,牛乳 コーンのスープ,くだもの	せんべい	ごはん,豆腐の肉巻き,かぼちゃの煮物,五目汁	ウインナーロール 牛乳,くだもの
22 火	ロールパン ローストチキン,野菜のグリル,ABCスープ,牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 すまし汁(麴),くだもの	ふかし芋	サンドイッチ(チーズ,ジャム) ローストチキン,野菜のグリル,ABCスープ	いちごババロア ウエハース
23 水	ごはん,ぶりの照り焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(もやし),牛乳	五目にゅうめん 牛乳,くだもの	きなこ トースト	ごはん,ぶりの照り焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(もやし)	みたらし団子,牛乳
24 木	ちゃんぽんうどん,ほうれん草の白和え,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(小松菜),くだもの	チーズ クラッカー	ちゃんぽんうどん ほうれん草の白和え,くだもの	しらすおにぎり,牛乳
25 金	ごはん,豚肉の卵焼き 春雨サラダ,すまし汁(じゃが芋),牛乳	サモサギようぎ,牛乳 かぶのスープ,くだもの	おにぎり	ごはん,豚肉の卵焼き 春雨サラダ,すまし汁(じゃが芋)	サモサギようぎ 牛乳,くだもの
26 土	ニラ納豆ごはん,肉さつま,豆乳みそ汁(白菜)	ココアトースト,野菜スープ 飲むヨーグルト	せんべい	ニラ納豆ごはん 肉さつま,豆乳みそ汁(白菜),くだもの	ココアラスク 飲むヨーグルト
27 日					
28 月	カレーピラフ,マカロニサラダ,白菜スープ,牛乳	マカロニきなこ,牛乳 すまし汁(麴)	ビスケット	カレーピラフ,マカロニサラダ,白菜スープ	あべかわもち,牛乳
29 火	年 末 年 始 休 園				
30 水	12月29日 ~ 1月3日				
31 木	12月29日 ~ 1月3日				

	1歳児 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)	
乳 児	目標量	500	18.5	15	1.8
	摂取量	505	19.1	15.2	1.8
幼 児	目標量	600	22.5	18	2
	摂取量	603	22.5	18.4	1.9



都合により、献立が変更になる場合がございます

