

2019年度

# 1月 こんだてひょう

向原保育園  
向原第二保育園

日 曜	乳 児		幼 児	
	午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1 水	年 末 年 始 休 園 12月29日～1月3日			
2 木				
3 金				
4 土	カレーうどん,じゃが芋きんぴら,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	カレーうどん,じゃが芋きんぴら,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
5 日				
6 月	ごはん,鶏肉のごまみそ焼 春雨サラダ,すまし汁(大根),牛乳	スイートポテト,牛乳 トマトスープ,くだもの	ごはん 鶏肉のごまみそ焼,春雨サラダ,すまし汁(大根)	スイートポテトクッキー 牛乳,くだもの
7 火	ミルクパン,白身魚マヨネーズ焼き キャベツとりんごのサラダ,もやしスープ,牛乳	七草かゆ,牛乳,くだもの	ミルクパン,白身魚マヨネーズ焼き キャベツとりんごのサラダ,もやしスープ	七草かゆ,牛乳,くだもの
8 水	みそ煮込みうどん,肉さつま,牛乳	チーズ蒸しパン,牛乳 すまし汁(大根),くだもの	もち(のりおほかか,きなこ,ごま),豚汁,くだもの	チーズ蒸しパン,牛乳
9 木	ごはん,豆腐ハンバーグ 大根のオイスター炒め煮,すまし汁(麩),牛乳	ビスコ,フルーツヨーグルト ヌードルスープ	ごはん,豆腐磯辺焼き 大根のオイスター炒め煮,すまし汁(麩)	ビスコ フルーツヨーグルト
10 金	ごはん,さばケチャップ煮 ほうれん草の磯和え,みそ汁(じゃが芋),牛乳	きなこクリームサンド,牛乳 白菜スープ	ごはん,さばケチャップ煮 ほうれん草の磯和え,みそ汁(じゃが芋)	きなこクリームサンド 牛乳
11 土	五目うどん,野菜の炒め煮,牛乳	わかめおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの	五目うどん,野菜の炒め煮,くだもの	わかめおにぎり,牛乳
12 日				
13 月	成 人 の 日			
14 火	ごはん,豚肉の卵焼き キャベツおほかか和え,すまし汁(豆腐),牛乳	五目にゆうめん 牛乳,くだもの	ごはん,豚肉の卵焼き キャベツおほかか和え,すまし汁(豆腐)	お汁粉,牛乳,くだもの
15 水	わかめうどん,いりどり,牛乳	たこ焼き風おにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	わかめうどん,いりどり,くだもの	たこ焼き風おにぎり,牛乳
16 木	ごはん,ぶりの照り焼き ひじきの炒め煮,みそ汁(さつま芋),牛乳	ココアトースト かぶのスープ,ヨーグルト	ごはん,ぶりの照り焼き ひじきの炒め煮,みそ汁(さつま芋)	ココアラスク 飲むヨーグルト
17 金	ドライカレーライス,ポテトサラダ,白菜スープ,牛乳	ホットケーキ,牛乳 リゾットスープみかんゼリー	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
18 土	きつねうどん,大根と豚肉の炒め煮,牛乳	そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	きつねうどん,大根と豚肉の炒め煮,くだもの	そぼろおにぎり,牛乳
19 日				
20 月	五目チャーハン もやし中華和え,コーンと卵のスープ,牛乳	メロンパン,牛乳 トマトスープ	五目チャーハン,もやし中華和え,コーンと卵のスープ	メロンパン,牛乳
21 火	ごはん,さわらカレーソース煮 切干大根の煮物,すまし汁(里芋),牛乳	かぼちゃの天ぷら,牛乳 みそ汁(豆腐),くだもの	ごはん,さわらカレーソース煮 切干大根の煮物,すまし汁(里芋)	かぼちゃの天ぷら 牛乳,くだもの
22 水	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	五平もち,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	五平もち,牛乳
23 木	ごはん,鶏肉クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(なす),牛乳	ポンテケージョ,牛乳 わかめスープ	ごはん,豆腐の肉巻き人参しらす和え,みそ汁(なす)	ポンテケージョ,牛乳
24 金	鮭のクリームスパゲティー カリフラワーサラダ,トマトスープ	そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし)	鮭のクリームスパゲティー カリフラワーサラダ,トマトスープ	肉おにぎり,牛乳
25 土	ツナ入り炊き込みごはん 肉じゃが,すまし汁(豆腐),牛乳	くるくるスコーン,牛乳 ポパイスープ,くだもの	ツナ入り炊き込みごはん,肉じゃが,すまし汁(豆腐)	くるくるスコーン 牛乳,くだもの
26 日				
27 月	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き れんこんきんぴら,みそ汁(白菜),牛乳	きなこトースト,牛乳 コーンのスープ,くだもの	わかめごはん, 鶏肉ヨーグルト焼き,れんこんきんぴら,みそ汁(白菜)	きなこクッキー 牛乳,くだもの
28 火	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
29 水	ごはん,メダイ旨味焼き ブロッコリーチーズ和え,みそ汁(キャベツ),牛乳	りんごのガレット,牛乳 大根スープ	ごはん,メダイ旨味焼き ブロッコリーチーズ和え,みそ汁(キャベツ)	りんごのガレット,牛乳
30 木	冬野菜のカレーライス 切干大根のサラダ,かき玉汁,牛乳	焼きそば,牛乳 わかめスープ	冬野菜のカレーライス,切干大根のサラダ,かき玉汁	焼きそば,牛乳
31 金	ごはん,高野豆腐フライ キャベツ昆布和え,そうめん汁,牛乳	マカロニきなこ,牛乳 かぶのスープ	ごはん 高野豆腐フライ,キャベツ昆布和え,そうめん汁	スキムミルクわらびもち 牛乳

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
乳 児	目標量	494	18.5	14.8	1.8
	摂取量	495	19	15.2	1.8
幼 児	目標量	595	22	17.8	2
	摂取量	599	22.2	18	2

都合により、献立が変更になる場合がございます



2歳児の牛乳は午後食のみとなり、  
幼児おやつへ移行していきます。