



2020年度

こんだてひょう

向原保育園
向原第二保育園

日 曜	乳 児		延長 補食	幼 児	
	午 前 食	午 後 食		昼 食	お や つ
1 金	年 末 年 始 休 園 12月29日 ~ 1月3日				
2 土					
3 日					
4 月	和風ツナスパゲティー 切干大根のサラダ,白菜スープ,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	和風ツナスパゲティー 切干大根のサラダ,白菜スープ,くだもの	そばろおにぎり,牛乳
5 火	わかめごはん,鶏肉クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(じゃが芋),牛乳	きなこ揚げパン,牛乳 大根スープ	くだもの	わかめごはん,鶏肉クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(じゃが芋)	きなこ揚げパン,牛乳
6 水	ごはん,目鯛塩麹焼き キャベツおなか和え,すまし汁(豆腐),牛乳	チーズトースト,トマトスープ フルーツヨーグルト	おにぎり	ごはん,目鯛塩麹焼き キャベツおなか和え,すまし汁(豆腐)	チーズクッキー フルーツヨーグルト
7 木	みそ煮込みうどん,生揚げと野菜の炒め煮,牛乳	七草かゆ,牛乳,くだもの	ふかし芋	もちつき もち(のりおなか,きなこ),豚汁,くだもの	七草かゆ,牛乳,くだもの
8 金	雑穀ごはん,マーボー豆腐 ほうれん草のナムル,はるさめスープ,牛乳	ミートロール,牛乳 かぶのスープ	くだもの	雑穀ごはん,マーボー豆腐 ほうれん草のナムル,はるさめスープ	ウインナーロール 牛乳
9 土	鶏飯,おでん風煮物,牛乳	ジャムサンド,牛乳 コーンのスープ,くだもの	せんべい	鶏飯,おでん風煮物,くだもの	ジャムサンド ミルクココア
10 日					
11 月	成 人 の 日				
12 火	五目うどん,じゃが芋のチーズ焼き,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	きなこ トースト	あんかけ焼うどん,くだもの じゃが芋のチーズ焼き,コーンと卵のスープ	おしるこ,牛乳,くだもの
13 水	ごはん さわら甘酢煮,春雨ソテー,みそ汁(なす),牛乳	お好み焼き,牛乳 すまし汁(麩)	おにぎり	ごはん さわら甘酢煮,春雨ソテー,みそ汁(なす)	お好み焼き,牛乳
14 木	豆乳パン,豆腐のキッシュ キャベツとりんごのサラダ,大根スープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(白菜)	ビスケット	豆乳パン,豆腐のキッシュ キャベツとりんごのサラダ,大根スープ	昆布おにぎり,牛乳
15 金	鮭とブロッコリーのドリア もやしサラダ,ミネストローネ	レーズン蒸しパン,牛乳 コーンのスープ,くだもの	ふかし芋	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
16 土	わかめごはん,肉じゃが キャベツ昆布和え,すまし汁(豆腐),牛乳	メロンパン,牛乳,白菜スープ	せんべい	わかめごはん 肉じゃが,キャベツ昆布和え,すまし汁(豆腐)	メロンパン,牛乳
17 日					
18 月	ごはん,鶏肉ヨーグルト焼き れんこんきんぴら,みそ汁(さつま芋),牛乳	サモサぎょうざ,牛乳 すまし汁(大根),くだもの	ジャム サンド	ごはん,鶏肉ヨーグルト焼き れんこんきんぴら,みそ汁(さつま芋)	サモサぎょうざ 牛乳,くだもの
19 火	みそ煮込みうどん 納豆の卵焼き大根おろしかけ,牛乳	ココア蒸しパン,牛乳 もやしスープ,ぶどうゼリー	くだもの	山梨県 おつけ団子 納豆の卵焼き大根おろしかけ,くだもの	富士山ケーキ,牛乳 ぶどうゼリー
20 水	ごはん,さばけチャップ煮 切干大根の煮物,そうめん汁,牛乳	かぼちゃの天ぷら,牛乳 みそ汁(麩),くだもの	おにぎり	ごはん,さばけチャップ煮 切干大根の煮物,そうめん汁	かぼちゃの天ぷら 牛乳,くだもの
21 木	冬野菜のカレーライス さつま芋サラダ,すまし汁(豆腐),牛乳	焼きそば,牛乳,わかめスープ	くだもの	冬野菜のカレーライス さつま芋サラダ,すまし汁(豆腐)	焼きそば,牛乳
22 金	ロールパン,カジキパン粉焼き キャベツサラダ,豆乳コーンスープ	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(なす)	ヨーグルト	ロールパン,カジキパン粉焼き キャベツサラダ,豆乳コーンスープ	焼きおにぎり,牛乳
23 土	五目チャーハン もやしのナムル,わかめスープ(豆腐),牛乳	ホットケーキ,牛乳 すまし汁(かぶ)	ビスケット	五目チャーハン もやしのナムル,わかめスープ(豆腐)	ホットケーキ,牛乳
24 日					
25 月	ごはん,豚肉の卵焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳	チーズトースト,野菜スープ 飲むヨーグルト	ふかし芋	ごはん,豚肉の卵焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(白菜)	チーズラスク 飲むヨーグルト
26 火	きつねうどん,いりどり,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	せんべい	きつねうどん,いりどり,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
27 水	ごはん,ぶりソテー ひじきの五目和え,すまし汁(はんぺん),牛乳	五目にゅうめん,牛乳,くだもの	おにぎり	ごはん,ぶりソテー ひじきの五目和え,すまし汁(はんぺん)	きなこだんご,牛乳
28 木	豆乳パン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,野菜スープ	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし)	ウエハース	豆乳パン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,野菜スープ	しらすおにぎり,牛乳
29 金	ごはん,白身魚の南蛮漬 春雨サラダ,みそ汁(切干大根),牛乳	コーン蒸しパン,牛乳 かぶのスープ	くだもの	ごはん,白身魚の南蛮漬 春雨サラダ,みそ汁(切干大根)	コーン蒸しパン,牛乳
30 土	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	わかめおにぎり,牛乳 みそ汁(じゃが芋),くだもの	ビスケット	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	わかめおにぎり,牛乳
31 日					

	1人分 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳	500	18.5	15	1.8
児	508	19	15.9	1.7
幼	600	22.5	18	2
児	602	22.5	19	2

都合により、献立が変更になる場合がございます

