



2022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 | チキンライス,ポテトサラダ,大根スープ,牛乳 | きなこトースト,コーンのスープ ヨーグルトゼリー | せんべい | チキンライス,ポテトサラダ,大根スープ | スマイルクッキー ヨーグルトゼリー |
| 2 土 | ちゃんぽんうどん,かぶと鶏肉のスープ煮,牛乳 | だいずおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの | ビスケット | ちゃんぽんうどん かぶと鶏肉のスープ煮,くだもの | だいずおにぎり,牛乳 |
| 3 日 | | | | | |
| 4 月 | わかめごはん,豆腐ハンバーグ キャベツおかつか和え,すまし汁(じゃが芋),牛乳 | ホットケーキ,牛乳,白菜スープ | くだもの | わかめごはん,豆腐ハンバーグ キャベツのおかつか和え,すまし汁(じゃが芋) | ホットケーキ,牛乳 |
| 5 火 | ごはん,カジキクリーム煮 ブロッコリーチーズ和え,みそ汁(もやし),牛乳 | フライドポテト,牛乳 すまし汁(麩),くだもの | おにぎり | ごはん,カジキクリーム煮 ブロッコリーチーズ和え,みそ汁(もやし) | フライドポテト 牛乳,くだもの |
| 6 水 | 肉団子うどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳 | チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの | クラッカー サンド | 肉うどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの | チーズおにぎり,牛乳 |
| 7 木 | ごはん,サケ甘酢ソースかけ 春雨ソテー,みそ汁(かぶ),牛乳 | いちごクリームサンド,牛乳 野菜スープ | ビスケット | ごはん,サケ甘酢ソースかけ 春雨ソテー,みそ汁(かぶ) | いちごクリームサンド 牛乳 |
| 8 金 | チキンカレーライス 切干大根のサラダ,すまし汁(豆腐),牛乳 | レーズン蒸しパン,大根スープ フルーツヨーグルト | ふかし芋 | チキンカレーライス 切干大根のサラダ,すまし汁(豆腐) | グリーンプレッツェル フルーツヨーグルト |
| 9 土 | ごはん,肉じゃが キャベツ昆布和え,みそ汁(なす),牛乳 | ジャムサンド,牛乳 コーンのスープ | せんべい | ごはん 肉じゃが,キャベツ昆布和え,みそ汁(なす) | ジャムサンド,牛乳 |
| 10 日 | | | | | |
| 11 月 | 雑穀ごはん,マーボー豆腐 春雨中華和え,コーンと卵のスープ,牛乳 | ポンテケーキ,牛乳 すまし汁(じゃが芋) くだもの | ふかし芋 | 雑穀ごはん,マーボー豆腐 春雨中華和え,コーンと卵のスープ | ポンテケーキ 牛乳,くだもの |
| 12 火 | 豆乳パン,白身魚パン粉焼き ヨーグルトサラダ,野菜スープ,牛乳 | 焼とりおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし) | ビスケット | 豆乳パン,白身魚コーンフレーク焼き ヨーグルトサラダ,野菜スープ | 焼とりおにぎり,牛乳 |
| 13 水 | ごはん,納豆の卵焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳 | 五目にゅうめん,牛乳,くだもの | おにぎり | ごはん,納豆の卵焼き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(白菜) | 五目にゅうめん 牛乳,くだもの |
| 14 木 | 五目うどん もち米しゅうまい,キャベツ昆布和え,牛乳 | しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(かぶ),くだもの | チーズ トースト | 五目うどん もち米しゅうまい,キャベツ昆布和え,くだもの | しらすおにぎり,牛乳 |
| 15 金 | ごはん,カレイ照り焼き なすのみそ炒め,すまし汁(うど),牛乳 | メロンパン,牛乳,白菜スープ | くだもの | ごはん,カレイ照り焼き なすのみそ炒め,すまし汁(うど) | メロンパン,牛乳 |
| 16 土 | 中華丼,じゃが芋きんぴら,わかめスープ,牛乳 | りんごのガレット,牛乳 すまし汁(大根) | ビスケット | 中華丼,じゃが芋きんぴら,わかめスープ | りんごのガレット,牛乳 |
| 17 日 | | | | | |
| 18 月 | ごはん,チキンバーベキュー キャベツ納豆和え,そうめん汁,牛乳 | チーズ蒸しパン,牛乳 コーンのスープ | ふかし芋 | ごはん,チキンバーベキュー キャベツ納豆和え,そうめん汁 | チーズ蒸しパン,牛乳 |
| 19 火 | しよめし,マスのフライ,いとこ煮,打ち豆汁,牛乳 | マカロニきなこと,牛乳 すまし汁(麩),くだもの | おにぎり | 滋賀県 しよめし,マスのフライ,いとこ煮,打ち豆汁 | うばがもち,牛乳,くだもの |
| 20 水 | わかめうどん,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 | ビスケット | わかめうどん,いりどり,牛乳 | ツナおにぎり,牛乳 |
| 21 木 | ごはん,さばケチャップ煮 わかめの酢の物,みそ汁(小松菜),牛乳 | 焼きそば,牛乳,中華風スープ | ジャム サンド | ごはん,さばケチャップ煮 わかめの酢の物,みそ汁(小松菜) | 焼きそば,牛乳 |
| 22 金 | 豆乳パン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,白菜スープ | 昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(大根) | くだもの | 豆乳パン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,白菜スープ | 昆布おにぎり,牛乳 |
| 23 土 | 味噌チャーハン もやしのナムル,ワンタンスープ,牛乳 | きなこトースト,牛乳 すまし汁(じゃが芋),くだもの | せんべい | 味噌チャーハン もやしのナムル,ワンタンスープ | きなこトースト 牛乳,くだもの |
| 24 日 | | | | | |
| 25 月 | きつねうどん,大根と豚肉の炒め煮,牛乳 | さつま芋おにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの | クラッカー サンド | きつねうどん,大根と豚肉の炒め煮,くだもの | さつま芋おにぎり,牛乳 |
| 26 火 | ごはん,サワラ味噌ヨーグルト焼き キャベツじゃこ和え,五目汁,牛乳 | ウインナーロール,牛乳 かぶのスープ | くだもの | ごはん,サワラ味噌ヨーグルト焼き キャベツじゃこ和え,五目汁 | ウインナーロール,牛乳 |
| 27 水 | 赤飯,豆腐つくね照り焼き,牛乳 ブロッコリーミモザサラダ,すまし汁(はんぺん) | りんご蒸しパン,牛乳 もやしスープ,くだもの | おにぎり | 誕生会 赤飯,豆腐つくね照り焼き ブロッコリーミモザサラダ,すまし汁(はんぺん) | いちごケーキ,牛乳 |
| 28 木 | ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き 切干大根の煮物,みそ汁(キャベツ),牛乳 | ココアトースト,飲むヨーグルト すまし汁(麩) | ふかし芋 | ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き 切干大根の煮物,みそ汁(キャベツ) | ココアラスク 飲むヨーグルト |
| 29 金 | 昭 和 の 日 | | | | |
| 30 土 | 春野菜スパゲティー さつま芋サラダ,もやしスープ,牛乳 | わかめおにぎり,牛乳 みそ汁(青菜) | ビスケット | 春野菜スパゲティー さつま芋サラダ,もやしスープ | わかめおにぎり,牛乳 |

| | I値* | (kcal) | たんぱく質(g) | 脂 質(g) | 食 塩(g) |
|---|-----|--------|----------|--------|--------|
| 乳 | 目標量 | 460 | 17.3 | 13.5 | 1.6 |
| 児 | 摂取量 | 467 | 19.2 | 14.5 | 1.6 |
| 幼 | 目標量 | 560 | 21.2 | 17 | 1.9 |
| 児 | 摂取量 | 561 | 22.4 | 18 | 1.9 |

都合により、献立が変更になる場合がございます
～ご入園、ご進級おめでとうございませす～
 子どもたちの成長を見守りながら、安全でおいしい給食作りには給食室一同努めてまいります。
 1年間よろしくお願ひ致します。

