



こんだてひょう

向原保育園
向原第二保育園

2022年度

日曜	乳児		延長補食	幼児	
	午前食	午後食		昼食	おやつ
1 水	わかめごはん, チキンバーベキュー なすのみそ炒め, すまし汁 (じゃが芋), 牛乳	くるくるスコーン, 牛乳 もやしスープ	ふかし芋	わかめごはん, チキンバーベキュー なすのみそ炒め, すまし汁 (じゃが芋)	くるくるスコーン, 牛乳
2 木	きつねうどん, とうがんと鶏肉の炒め煮, 牛乳	チーズおにぎり, 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, とうがんと鶏肉の炒め煮, くだもの	チーズおにぎり, 牛乳
3 金	ごはん, さばケチャップ煮 ほうれん草の白和え, みそ汁 (もやし), 牛乳	黒糖トースト, かぶのスープ フルーツヨーグルト	おにぎり	ごはん, さばケチャップ煮 ほうれん草の白和え, みそ汁 (もやし)	黒糖ラスク フルーツヨーグルト
4 土	ごはん, 肉さつま キャベツのおかか和え, すまし汁 (かぶ), 牛乳	きなこクリームサンド, 牛乳 大根スープ	せんべい	ごはん, 肉さつま キャベツのおかか和え, すまし汁 (かぶ)	きなこクリームサンド 牛乳
5 日					
6 月	五目うどん, 生揚げと野菜の炒め煮, 牛乳	そばろおにぎり, 牛乳 すまし汁 (麩), くだもの	チーズ トースト	五目うどん, 生揚げと野菜の炒め煮, くだもの	肉おにぎり, 牛乳
7 火	ごはん, カレイ照り焼き 春雨ソテー, みそ汁 (小松菜), 牛乳	スイートポテト, 牛乳 ヌードルスープ, くだもの	くだもの	ごはん, カレイ照り焼き 春雨ソテー, みそ汁 (小松菜)	スイートポテト 牛乳, くだもの
8 水	豆乳パン, スパニッシュオムレツ フルーツサラダ, かぶのスープ, 牛乳	焼きおにぎり, 牛乳 みそ汁 (かぼちゃ), くだもの	ミルク ゼリー	豆乳パン, スパニッシュオムレツ フルーツサラダ, かぶのスープ	焼きおにぎり, 牛乳
9 木	鮭ごはん, 鶏肉の治部煮, 五目汁, 牛乳	きなこトースト, 牛乳 トマトスープ, くだもの	ふかし芋	鮭ごはん, 鶏肉の治部煮, 五目汁	きなこクッキー 牛乳, くだもの
10 金	ごはん, 豆腐磯辺焼き マーボーなす, みそ汁 (麩), 牛乳	中華蒸しパン, 牛乳 すまし汁 (大根)	おにぎり	ごはん, 豆腐磯辺焼き マーボーなす, みそ汁 (麩)	中華蒸しパン, 牛乳
11 土	焼きそば とうがんとツナの煮物, わかめスープ, 牛乳	しらすおにぎり, 牛乳 みそ汁 (白菜)	ビスケット	焼きそば, とうがんとツナの煮物, わかめスープ	しらすおにぎり, 牛乳
12 日					
13 月	なすミートスパゲティ, コーンとレタスのスープ キャベツとりんごのサラダ, 牛乳	昆布おにぎり, 牛乳 みそ汁 (じゃが芋)	きなこ トースト	なすミートスパゲティ, コーンとレタスのスープ キャベツとりんごのサラダ	昆布おにぎり, 牛乳
14 火	ごはん, サワラ梅みそ焼き 大根のオイスター炒め煮, すまし汁 (豆腐), 牛乳	桃クリームサンド, 牛乳 野菜スープ	ふかし芋	ごはん, サワラ梅みそ焼き 大根のオイスター炒め煮, すまし汁 (豆腐)	桃クリームサンド, 牛乳
15 水	チキンカレーライス ブロッコリーサラダ, そうめん汁, 牛乳	チーズトースト, 白菜スープ ヨーグルトゼリー	おにぎり	チキンカレーライス ブロッコリーサラダ, そうめん汁	グリーンプレッツェル ヨーグルトゼリー
16 木	ごはん, 納豆の卵焼き ひじきの五目和え, みそ汁 (なす), 牛乳	焼きおからドーナツ, 牛乳 すまし汁 (大根)	くだもの	ごはん, 納豆の卵焼き ひじきの五目和え, みそ汁 (なす)	焼きおからドーナツ 牛乳
17 金	わかめうどん, 生揚げの甘酢煮, 牛乳	ツナおにぎり, 牛乳 みそ汁 (もやし), くだもの	クラッカー サンド	わかめうどん, 生揚げの甘酢煮, くだもの	ツナおにぎり, 牛乳
18 土	チキンピラフ コールスローサラダ, もやしスープ, 牛乳	ジャムサンド, 牛乳 かぶのスープ	せんべい	チキンピラフ コールスローサラダ, もやしスープ	ジャムサンド, 牛乳
19 日					
20 月	ごはん, 鶏肉レモンソースかけ じゃが芋シャキシャキサラダ, みそ汁 (大根), 牛乳	焼きそば, 牛乳, すまし汁 (豆腐)	くだもの	広島県 ごはん, 鶏肉レモンソースかけ じゃが芋シャキシャキサラダ, だんご汁	広島県お好み焼き, 牛乳
21 火	ごはん, 目鯛塩麹焼き きんぴらごぼう, みそ汁 (キャベツ), 牛乳	かぼちゃの天ぷら, 牛乳 そうめん汁, くだもの	おにぎり	ごはん, 目鯛塩麹焼き きんぴらごぼう, みそ汁 (キャベツ)	かぼちゃの天ぷら 牛乳, くだもの
22 水	ごはん, チーズナゲット キャベツのカレーサラダ, 白菜スープ, 牛乳	レーズン蒸しパン, 牛乳 かぶのスープ, くだもの	ジャム サンド	誕生会 ごはん, チーズナゲット キャベツのカレーサラダ, 白菜スープ	桃ケーキ, 牛乳
23 木	あんかけ焼うどん ブロッコリーツナ和え, すまし汁 (大根), 牛乳	そばろおにぎり, 牛乳 みそ汁 (豆腐)	ミルク ゼリー	あんかけ焼うどん ブロッコリーツナ和え, すまし汁 (大根)	焼とりおにぎり, 牛乳
24 金	ごはん, 豆腐土佐焼き 切干大根のサラダ, みそ汁 (白菜), 牛乳	カレーパン, 牛乳, もやしスープ	ふかし芋	ごはん, 豆腐土佐焼き 切干大根のサラダ, みそ汁 (白菜)	カレーパン, 牛乳
25 土	ツナトマトスパゲティ ポテトフレンチサラダ, 野菜スープ, 牛乳	いなりおにぎり, 牛乳 みそ汁 (小松菜)	ビスケット	ツナトマトスパゲティ ポテトフレンチサラダ, 野菜スープ	いなりおにぎり, 牛乳
26 日					
27 月	ごはん, 鶏肉のトマト煮 ポテトチーズ焼き, すまし汁 (麩), 牛乳	りんごのガレット, 牛乳 コーンのスープ	せんべい	ごはん, 豚肉のトマト煮 ポテトチーズ焼き, すまし汁 (麩)	りんごのガレット, 牛乳
28 火	ごはん, カレイかば焼き わかめの酢の物, みそ汁 (切干大根), 牛乳	ホットケーキ, 牛乳 トマトスープ, くだもの	ジャム サンド	ごはん, いわしのかば焼き わかめの酢の物, みそ汁 (切干大根)	ホットケーキ 牛乳, くだもの
29 水	ちゃんぽんうどん, 生揚げと昆布の煮物, 牛乳	コーンおにぎり, 牛乳 みそ汁 (なす), くだもの	ビスケット	ちゃんぽんうどん, 生揚げと昆布の煮物, くだもの	コーンおにぎり, 牛乳
30 木	豆乳パン, 鮭パン粉焼き 和風ポテトサラダ, 豆乳コーンスープ	マカロニきなこ, 牛乳 すまし汁 (かぶ)	おにぎり	豆乳パン, 鮭パン粉焼き 和風ポテトサラダ, 豆乳コーンスープ	フルーツ白玉, 牛乳

乳児	1歳児 (1歳)				
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)	
目標量	460	17.3	13.5	1.5	
摂取量	461	19	15.4	1.6	
幼児	目標量	560	21.2	17	1.6
幼児	摂取量	563	21.1	18.2	1.7

都合により、献立が変更になる場合がございます

