



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

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	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
	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

