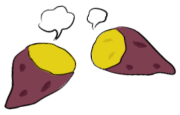
２０２２年度

こんだてひょう

向原保育園
向原第二保育園

		乳児		延長補食	幼児	
日	曜	午前食	午後食		昼食	おやつ
1	火	ごはん,白身魚チーズパン粉焼き キャベツ昆布和え,みそ汁（かぶ）,牛乳	サモサぎょうざ,牛乳 白菜スープ,くだもの	おにぎり	ごはん,白身魚チーズパン粉焼き キャベツ昆布和え,みそ汁（かぶ）	サモサぎょうざ 牛乳,くだもの
2	水	タンメン風うどん,もち米しゅうまい,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁（かぶ）,くだもの	ビスケット	タンメン風うどん,もち米しゅうまい,くだもの	いなり寿司,牛乳
3	木	文化の日				
4	金	ごはん,豚肉の卵焼き 小松菜納豆和え,すまし汁（里芋）,牛乳	チーズトースト,牛乳 トマトスープ,くだもの	おにぎり	ごはん,豚肉の卵焼き 小松菜納豆和え,すまし汁（里芋）	トマトクラッカー 牛乳,くだもの
5	土	味噌チャーハン もやし中華和え,わかめスープ,牛乳	ジャムサンド,牛乳 コーンのスープ	せんべい	味噌チャーハン,もやし中華和え,わかめスープ	ジャムサンド,牛乳
6	日					
7	月	豆乳パン,豆腐のキッシュ コールスローサラダ,大根スープ,牛乳	さつま芋おにぎり,牛乳 みそ汁（もやし）	くだもの	豆乳パン,豆腐のキッシュ コールスローサラダ,大根スープ	さつま芋おにぎり,牛乳
8	火	ごはん,ほっけ塩麹焼き 切干大根の煮物,みそ汁（キャベツ）,牛乳	ミートロール,牛乳 かぶのスープ,くだもの	おにぎり	ごはん,ほっけ塩麹焼き 切干大根の煮物,みそ汁（キャベツ）	ウインナーロール 牛乳,くだもの
9	水	五目うどん,鶏肉の治部煮,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁（大根）	クラッカーサンド	五目うどん,鶏肉の治部煮,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
10	木	秋野菜のカレーライス ひじきの五目和え,すまし汁（はんぺん）,牛乳	マカロニケチャップ煮,牛乳 野菜スープ,くだもの	きなこトースト	秋野菜のカレーライス ひじきの五目和え,すまし汁（はんぺん）	マカロニケチャップ煮 牛乳,くだもの
11	金	ごはん,白身魚の南蛮漬 ポテトサラダ,みそ汁（もやし）,牛乳	きなこ揚げパン,牛乳 ポパイスープ	ふかし芋	ごはん,白身魚の南蛮漬 ポテトサラダ,みそ汁（もやし）	きなこ揚げパン,牛乳
12	土	わかめうどん,野菜の炒め煮,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁（白菜）,くだもの	ビスケット	わかめうどん,野菜の炒め煮,くだもの	しらすおにぎり,牛乳
13	日					
14	月	ごはん,豆腐土佐焼き なすのみそ炒め,そうめん汁,牛乳	人参蒸しパン,牛乳 コーンのスープ	ふかし芋	ごはん 豆腐土佐焼き,なすのみそ炒め,そうめん汁	人参蒸しパン,牛乳
15	火	きのこうどん,生揚げと野菜みそバター煮,牛乳	赤飯おにぎり,牛乳 すまし汁（麩）,くだもの	せんべい	きのこうどん 生揚げと野菜みそバター煮,くだもの	赤飯おにぎり,牛乳
16	水	ごはん,さわら旨味焼き 春雨ソテー,みそ汁（キャベツ）,牛乳	クリームサンド,牛乳 大根スープ	くだもの	ごはん,さわら旨味焼き 春雨ソテー,みそ汁（キャベツ）	クリームサンド,牛乳
17	木	ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き キャベツおかか和え,すまし汁（もずく）,牛乳	みそ煮込みうどん,牛乳,くだもの	おにぎり	ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き キャベツおかか和え,すまし汁（もずく）	スキムミルクわらびもち 牛乳
18	金	かてめし,鶏肉ねぎソースかけ,呉汁,牛乳	ゼリーフライ,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	ジャムサンド	**埼玉県** かてめし,鶏肉ねぎソースかけ,呉汁	ゼリーフライ 牛乳,くだもの
19	土	チキンライス,もやしサラダ,野菜スープ,牛乳	チーズトースト,牛乳 白菜スープ,くだもの	せんべい	チキンライス,もやしサラダ,野菜スープ	チーズトースト 牛乳,くだもの
20	日					
21	月	みそ煮込みうどん,揚げ芋のじゃこ和え,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁（キャベツ）,くだもの	ビスケット	みそ煮込みうどん 揚げ芋のじゃこ和え,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
22	火	ごはん,ピザ風チキン ポパイサラダ,オニオンスープ,牛乳	レーズンココア蒸しパン,牛乳 白菜スープ,くだもの	おにぎり	**誕生会**　ごはん,ピザ風チキン ポパイサラダ,オニオングラタンスープ	チョコケーキ,牛乳
23	水	勤労感謝の日				
24	木	ごはん,豆腐ハンバーグ 大根のオイスター炒め煮,みそ汁（なす）,牛乳	りんごのガレット,牛乳 すまし汁（じゃが芋）	ふかし芋	ごはん,豆腐の肉巻き 大根のオイスター炒め煮,みそ汁（なす）	りんごのガレット,牛乳
25	金	豆乳パン,鮭のタンドリー焼き ブロッコリーソテー,豆乳スープ	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁（もやし）	くだもの	豆乳パン,鮭のタンドリー焼き ブロッコリーソテー,豆乳スープ	昆布おにぎり,牛乳
26	土	わかめごはん,肉さつま,五目汁,牛乳	チーズサンド,牛乳 コーンのスープ	せんべい	わかめごはん,肉さつま,五目汁	チーズサンド,牛乳
27	日					
28	月	雑穀ごはん,マーボー豆腐 れんこんマリネ,コーンと野菜のスープ,牛乳	くりまんじゅう,牛乳 すまし汁(大根)	くだもの	雑穀ごはん,マーボー豆腐 れんこんマリネ,コーンと野菜のスープ	くりまんじゅう,牛乳
29	火	ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	焼とりおにぎり,牛乳 みそ汁（かぼちゃ）,くだもの	クラッカーサンド	ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	焼とりおにぎり,牛乳
30	水	ごはん,さばケチャップ煮 切干大根のサラダ,みそ汁（白菜）,牛乳	ミルクラスク,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 切干大根のサラダ,みそ汁（白菜）	ミルクラスク フルーツヨーグルト

		ｴﾈﾙｷﾞｰ（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）	食塩（g）
乳児	目標量	495	18.5	14.8	1.5
	摂取量	497	19.6	15.7	1.5
幼児	目標量	590	22	17.8	1.7
	摂取量	594	22.6	18.6	1.8

都合により、献立が変更になる場合がございます