



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 | みそ煮込みうどん, 根菜といかのバター煮, 牛乳 | いなりおにぎり, 牛乳 すまし汁 (麩), くだもの | ビスケット | みそ煮込みうどん 根菜といかのバター煮, くだもの | いなりおにぎり, 牛乳 |
| 2 木 | ごはん, さばケチャップ煮 春雨ソテー, みそ汁 (キャベツ), 牛乳 | スイートポテト, 牛乳 白菜スープ, くだもの | おにぎり | ごはん, さばケチャップ煮 春雨ソテー, みそ汁 (キャベツ) | スイートポテト 牛乳, くだもの |
| 3 金 | 豆乳パン, チキンクリーム煮 マカロニサラダ, もやしスープ | のりまき, 牛乳, みそ汁 (小松菜) | くだもの | 豆乳パン, チキンクリーム煮 マカロニサラダ, もやしスープ | のりまき, 牛乳 |
| 4 土 | ハヤシライス コールスローサラダ, 大根スープ, 牛乳 | きなこ揚げパン, 牛乳 すまし汁 (豆腐) | せんべい | ハヤシライス, コールスローサラダ, 大根スープ | きなこ揚げパン, 牛乳 |
| 5 日 | | | | | |
| 6 月 | わかめごはん, 豚肉の卵焼き 大根のオイスター炒め煮, すまし汁 (麩), 牛乳 | ポンデケイジョ, 牛乳 コーンのスープ, くだもの | きなこ トースト | わかめごはん, 豚肉の卵焼き 大根のオイスター炒め煮, すまし汁 (麩) | ポンデケイジョ 牛乳, くだもの |
| 7 火 | ごはん, 鮭あおのり焼き もやし中華和え, みそ汁 (白菜), 牛乳 | サモサギようざ, 牛乳 かぶのスープ | ジャム サンド | ごはん, 鮭あおのり焼き もやし中華和え, みそ汁 (白菜) | サモサギようざ, 牛乳 |
| 8 水 | 中華風ごはん カリフラワーサラダ, もずくスープ, 牛乳 | 肉団子うどん, 牛乳, くだもの | ふかし芋 | 中華風おこわ カリフラワーサラダ, もずくスープ | 白玉あずき, 牛乳, くだもの |
| 9 木 | ごはん, ほっけ塩麩焼き れんこんの炒め煮, みそ汁 (じゃが芋), 牛乳 | ココアラスク, 大根スープ フルーツヨーグルト | おにぎり | ごはん, ほっけ塩麩焼き れんこんの炒め煮, みそ汁 (じゃが芋) | ココアラスク, フルーツ ヨーグルト, 大根スープ |
| 10 金 | カレーうどん, おでん風煮物, 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 | カレーうどん, おでん風煮物, くだもの | チーズおにぎり, 牛乳, みそ 汁 (キャベツ), りんご |
| 11 土 | 建 国 記 念 の 日 | | | | |
| 12 日 | | | | | |
| 13 月 | ごはん, 納豆入りフィッシュバーグ 春雨サラダ, みそ汁 (わかめ), 牛乳 | 中華蒸しパン, 牛乳 すまし汁 (豆腐) | ふ菓子 | ごはん, 納豆入りフィッシュバーグ 春雨サラダ, みそ汁 (わかめ) | 中華蒸しパン, 牛乳 |
| 14 火 | ごはん, 豆腐ごまみそ焼き 人参しらす和え, 五目汁, 牛乳 | マカロニきなこ, 牛乳 もやしスープ, くだもの | おにぎり | ごはん, 豆腐ごまみそ焼き, 人参しらす和え, 五目汁 | コーンフレーククッキー 牛乳, くだもの |
| 15 水 | あんかけ焼そば さつま芋オレンジ煮, すまし汁 (豆腐), 牛乳 | そぼろおにぎり, 牛乳 みそ汁 (なす), くだもの | クラッカー サンド | あんかけ焼そば さつま芋オレンジ煮, すまし汁 (豆腐) | 焼とりおにぎり, 牛乳 |
| 16 木 | パエリア風ピラフ キャベツサラダ, たまごスープ, 牛乳 | ココアホットケーキ牛乳 かぶのスープ, くだもの | ふかし芋 | 誕生会 パエリア風ピラフ キャベツサラダ, たまごスープ | いちごチョコケーキ 牛乳 |
| 17 金 | ごはん, さわら旨味焼き ブロッコリーチーズ和え, みそ汁 (もやし), 牛乳 | かぼちゃまんじゅう, 牛乳 すまし汁 (大根) | くだもの | ごはん, さわら旨味焼き ブロッコリーチーズ和え, みそ汁 (もやし) | かぼちゃまんじゅう 牛乳 |
| 18 土 | じゃこチャーハン もやしのナムル, はるさめスープ, 牛乳 | チーズサンド, 牛乳 トマトスープ | せんべい | じゃこチャーハン もやしのナムル, はるさめスープ | チーズサンド, 牛乳 |
| 19 日 | | | | | |
| 20 月 | 豆乳パン, 高野豆腐グラタン 白菜とフルーツのサラダ, 野菜スープ | 昆布おにぎり, 牛乳 みそ汁 (大根) | ビスケット | 豆乳パン, 高野豆腐グラタン 白菜とフルーツのサラダ, 野菜スープ | 昆布おにぎり, 牛乳 |
| 21 火 | 手ごね寿司風ごはん ちゃつ, 赤だしみそ汁 (豆腐), 牛乳 | ポテトチーズ焼き, 牛乳 白菜スープ, くだもの | きなこ トースト | 三重県 手ごね寿司風ごはん ちゃつ, 赤だしみそ汁 (豆腐), くだもの | モーモークッキー チーズ, 牛乳 |
| 22 水 | ごはん, 鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根のサラダ, そうめん汁, 牛乳 | フルーツサンド, 牛乳 コーンのスープ | くだもの | ごはん, 鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根のサラダ, そうめん汁 | フルーツサンド, 牛乳 |
| 23 木 | 天 皇 誕 生 日 | | | | |
| 24 金 | ごはん, 白身魚のチーズピカタ キャベツ昆布和え, みそ汁 (なす), 牛乳 | ミートロール, 牛乳 かぶのスープ | おにぎり | ごはん, 白身魚のチーズピカタ キャベツ昆布和え, みそ汁 (なす) | ウインナーロール, 牛乳 |
| 25 土 | スパゲティーナポリタン さつま芋サラダ, 豆乳コーンスープ | わかめおにぎり, 牛乳 みそ汁 (白菜) | ビスケット | スパゲティーナポリタン さつま芋サラダ, 豆乳コーンスープ | わかめおにぎり, 牛乳 |
| 26 日 | | | | | |
| 27 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 | 焼きそば, 牛乳 すまし汁 (じゃが芋) | 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 | 焼きそば, 牛乳 |
| 28 火 | ごはん, 白身魚南蛮 ブロッコリーサラダ, みそ汁 (切干大根), 牛乳 | カレーパン, 牛乳, 野菜スープ | ふかし芋 | ごはん, わかさぎ南蛮 ブロッコリーサラダ, みそ汁 (切干大根) | カレーパン, 牛乳 |

| 乳児 | 1歳児 | たんぱく質 (g) | 脂 質 (g) | 食 塩 (g) |
|-----|-----|-----------|---------|---------|
| | 目標量 | 495 | 18.5 | 14.8 |
| 摂取量 | 495 | 19.8 | 16.1 | 1.6 |
| 幼児 | 2歳児 | たんぱく質 (g) | 脂 質 (g) | 食 塩 (g) |
| | 目標量 | 590 | 22 | 17.8 |
| 摂取量 | 592 | 22.6 | 18.9 | 1.8 |

都合により、献立が変更になる場合がございます

2歳児の午後食は幼児おやつへ移行し
牛乳は午後食のみとなります

