

予 定 献 立 表

施設名：トキワ保育園

食種名：3歳以上児

期 間：2019年06月01日(土)～2019年06月30日(日)

		昼食	間食（午後）	1人1食 - (kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
1	土	ご飯・肉野菜炒め・味噌汁	クラッカーサンド	460 14.1 12.4	—
3	月	ご飯・厚揚げのホイコーロー・にんじんスープ	ゼリー	385 13.0 8.8	フルーツ ヨーグルト
4	火	ご飯・豚肉の梅風味焼き・ごま和え・すまし汁	五平餅・牛乳	637 26.3 16.7	スコーン
5	水	ご飯・親子煮・味噌汁	アスパラとベーコンの蒸しパン 牛乳	684 31.2 24.1	ゼリー
6	木	カレーうどん・切り干し大根の煮付け	フレンチトースト・牛乳	875 40.0 34.3	じゃが バター
7	金	ご飯・中華炒め・わかめスープ	焼うどん・茶	441 18.3 10.6	クラッカー サンド
8	土	あんかけうどん・じゃがいもきんぴら	おにぎり	483 14.4 5.3	—
10	月	ご飯・豆腐団子・春雨サラダ・すまし汁	パインパウンド・牛乳	642 21.9 20.8	おにぎり
11	火	ご飯・豚肉の柳川風煮・玉ねぎとシメジのスープ	オレンジ・菓子・牛乳	559 22.1 16.6	ゼリー
12	水	ご飯・魚のステーキ風・酢の物・味噌汁	黒みつきな粉団子・牛乳	656 27.0 21.1	スコーン
13	木	ご飯・チキンカチャトーラ・ジュリアンヌスープ	ねぎ焼き・茶	503 20.9 17.4	ラスク
14	金	ご飯・田舎風煮・味噌汁	ピザパーティー	518 21.6 12.9	菓子
15	土	カレーライス・フレンチキャベツ	菓子	449 9.7 13.4	—
17	月	ご飯・マーボー春雨・豆腐の五目スープ	バナナ・菓子・牛乳	565 17.8 13.9	クラッカー サンド
18	火	冷やし中華・ひじききんぴら	スコーン・牛乳	654 25.3 21.4	おにぎり
19	水	ご飯・豚肉の味噌漬け焼き・ナムル・すまし汁	そうめん汁	429 20.7 10.2	ゼリー
20	木	ご飯・タンドリーチキン ブロッコリー・パイザンヌスープ	プリン	463 21.9 13.0	フルーツ ヨーグルト
21	金	ご飯・豆腐の野菜あんかけ・味噌汁	ぷるぷる餅・牛乳	573 22.6 14.4	菓子
22	土	クラス懇談会（通常保育はありません）			
24	月	コッペパン・チリコンカーン・かぼちゃサラダ	チーズじゃこおにぎり 茶	607 20.4 17.3	パンケーキ
25	火	ご飯・鶏のマーマレード焼き・野菜炒め・味噌汁	グレープフルーツ 菓子・牛乳	542 26.2 14.5	菓子
26	水	ご飯・魚の唐揚げ(カキ油風) 中華風サラダ・すまし汁	ヨーグルト	471 20.1 14.8	じゃが バター
27	木	ご飯・すき焼き風煮・味噌汁	さくらんぼケーキ・茶	607 20.4 23.0	ラスク
28	金	ご飯・キーマカレー・シルバーサラダ	クラッカーサンド・牛乳	789 22.6 33.0	おにぎり
29	土	豚丼・野菜スープ	ゼリー	467 17.5 7.9	—

予 定 献 立 表

施設名： トキワ保育園

食種名： 3歳未満児

期 間： 2019年06月01日(土) ~ 2019年06月30日(日)

	間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	1人1日 (kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
1	土 菓子・茶	ご飯・肉野菜炒め・味噌汁	クラッカーサンド	403 11.5 11.7	—
3	月 人参煮・茶	ご飯・厚揚げのホイコーロー・にんじんスープ	ゼリー	319 10.4 7.1	フルーツ ヨーグルト
4	火 菓子・茶	ご飯・豚肉の梅風味焼き ごま和え・すまし汁	五平餅・牛乳	544 21.3 15.2	スコーン
5	水 菓子・牛乳	ご飯・親子煮・味噌汁	アスパラとベーコンの蒸しパン 牛乳	615 27.1 23.2	ゼリー
6	木 —	カレーうどん・切り干し大根の煮付け	フレンチトースト 牛乳	699 32.0 27.5	じゃが バター
7	金 菓子・牛乳	ご飯・中華炒め・わかめスープ	焼うどん・茶	421 16.7 12.3	クラッカー サンド
8	土 菓子・茶	あんかけうどん・じゃがいもきんぴら	おにぎり	423 11.9 5.9	—
10	月 菓子・茶	ご飯・豆腐団子・春雨サラダ・すまし汁	パインパウンド・牛乳	547 17.5 18.3	おにぎり
11	火 菓子・牛乳	ご飯・豚肉の柳川風煮 玉ねぎとシメジのスープ	オレンジ・菓子・牛乳	516 19.6 17.2	ゼリー
12	水 菓子・牛乳	ご飯・魚のステーキ風・酢の物・味噌汁	黒みつきな粉団子 牛乳	593 23.8 20.7	スコーン
13	木 粉ふきいも 牛乳	ご飯・チキンカチャトウ ジュリアンヌスープ	ねぎ焼き・茶	461 18.6 16.0	ラスク
14	金 菓子・茶	ご飯・田舎風煮・味噌汁	ピザパーティー	447 17.4 12.0	菓子
15	土 菓子・茶	カレーライス・フレンチキャベツ	菓子	392 7.9 12.6	—
17	月 菓子・茶	ご飯・マーボー春雨・豆腐の五目スープ	バナナ・菓子・牛乳	487 14.4 12.9	クラッカー サンド
18	火 菓子・茶	冷やし中華・ひじききんぴら	スコーン・牛乳	558 21.0 19.0	おにぎり
19	水 菓子・牛乳	ご飯・豚肉の味噌漬焼き・ナムル・すまし汁	そうめん汁	409 18.6 12.1	ゼリー
20	木 菓子・茶	ご飯・タンドリーチキン ブロッコリー・ペイザンヌスープ	プリン	403 17.6 12.2	フルーツ ヨーグルト
21	金 菓子・茶	ご飯・豆腐の野菜あんかけ・味噌汁	ぷるぷる餅・牛乳	490 18.3 13.3	菓子
22	土	クラス懇談会(通常保育はありません)			
24	月 菓子・牛乳	コッペパン・チリコンカーン・かぼちゃサラダ	チーズじゃこおにぎり 茶	553 18.5 17.7	パンケーキ
25	火 菓子・茶	ご飯・鶏のマーマレード焼き 野菜炒め・味噌汁	グレープフルーツ 菓子・牛乳	466 21.3 13.6	菓子
26	水 菓子・牛乳	ご飯・魚の唐揚げ(カキ油風) 中華風サラダ・すまし汁	ヨーグルト	440 18.0 15.7	じゃが バター
27	木 菓子・茶	ご飯・すき焼き風煮・味噌汁	さくらんぼケーキ・茶	519 16.7 20.2	ラスク
28	金 菓子・茶	ご飯・キーマカレー・シルバーサラダ	クラッカーサンド 牛乳	663 18.5 28.1	おにぎり
29	土 菓子・茶	豚丼・野菜スープ	ゼリー	406 14.4 8.0	—

*未満児食ではご飯は軟らかめに炊き上げたものを提供しております。

予 定 献 立 表

施設名： トキワ保育園(離乳食パクパク期)
 食種名： パクパク期
 期 間： 2019年06月01日(土) ~ 2019年06月30日(日)

	間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	I補給 - (kcal) 蛋白質 (g) 脂質 (g)
1 土	菓子・茶	軟飯・肉野菜炒め・味噌汁	おかか入りうどん	-
3 月	人参煮・茶	軟飯・厚揚げと野菜の炒め物・にんじんスープ	ゼリー	241 8.7 6.7
4 火	菓子・茶	軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮・ごま和え・すまし汁	五平餅・牛乳	379 13.5 8.7
5 水	菓子・牛乳	軟飯・親子煮・味噌汁	アスパラとベーコンの蒸しパン 牛乳	495 23.0 20.3
6 木	—	カレーうどん・切り干し大根の煮付け	フレンチトースト・牛乳	630 28.9 24.3
7 金	菓子・牛乳	軟飯・中華炒め・わかめスープ	人参入りうどん	277 11.3 10.9
8 土	菓子・茶	ツナ入りうどん・じゃがいもきんぴら	おにぎり	-
10 月	菓子・茶	軟飯・豆腐団子・春雨サラダ・すまし汁	ホットケーキ・牛乳	435 14.0 17.4
11 火	菓子・牛乳	軟飯・豚肉の柳川風煮・玉ねぎとしめじのスープ	オレンジ・菓子・牛乳	398 16.1 14.1
12 水	菓子・牛乳	軟飯・魚のステーキ風・酢の物・味噌汁	きなこがゆ	391 16.9 14.1
13 木	粉ふき芋・茶	軟飯・チキンカチャトーラ・ジュリアンヌスープ	ねぎ焼き・茶	331 15.3 11.6
14 金	菓子・茶	軟飯・田舎風煮・味噌汁	ピザ	341 15.1 9.4
15 土	菓子・茶	カレーライス・フレンチキャベツ	菓子	-
17 月	菓子・茶	軟飯・ひき肉とピーマンの炒め物 豆腐の五目スープ	バナナ・菓子・牛乳	340 10.9 9.7
18 火	菓子・茶	冷やし中華・ひじききんぴら	スコーン・牛乳	484 18.3 14.8
19 水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉の味噌漬け焼き・ナムル・すまし汁	そうめん汁	325 17.1 11.1
20 木	菓子・茶	軟飯・ささみと玉ねぎの煮物 ブロッコリー・パイザンヌスープ	ツナ入りがゆ	279 10.8 4.9
21 金	菓子・茶	軟飯・豆腐の野菜あんかけ・味噌汁	きなこがゆ	322 12.8 7.9
22 土	クラス懇談会(通常保育はありません)			
24 月	菓子・牛乳	コッペパン・チリコンカーン・かぼちゃサラダ	チーズじゃこおにぎり・茶	389 13.1 14.2
25 火	菓子・茶	軟飯・鶏のママレード焼き・野菜炒め・味噌汁	グレープフルーツ 菓子・牛乳	309 12.1 8.9
26 水	菓子・牛乳	軟飯・メカジキのから揚げ 中華風サラダ・すまし汁	ヨーグルト	303 12.2 11.0
27 木	菓子・茶	軟飯・すき焼き風煮・味噌汁	さくらんぼケーキ・茶	334 11.4 10.5
28 金	菓子・茶	軟飯・肉と野菜のカレー炒め・シルバーサラダ	おかか入りうどん	257 7.6 10.7
29 土	菓子・茶	豚丼・野菜スープ	ゼリー	-

予 定 献 立 表

施設名：トキワ保育園(離乳食カミカミ期)

食種名：カミカミ期

期 間：2019年06月01日(土)～2019年06月30日(日)

		11時	15時	17時 - (kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
1	土	5倍がゆ・豚肉とキャベツの煮物・玉ねぎと人参のスープ	おかか入りうどん	173 7.0 1.9
3	月	5倍がゆ・豆腐と人参の煮物・玉ねぎとコーンのスープ	ツナ入りがゆ	171 7.3 2.1
4	火	5倍がゆ・豚肉と小松菜の煮物・えのきともやしと人参のすまし汁	きなこがゆ	174 7.9 3.0
5	水	5倍がゆ・ささみと小松菜の煮物・玉ねぎと人参のスープ	アスパラ入りがゆ	142 6.2 0.3
6	木	ささみ入りうどん・切干し大根と人参の煮物	スティックパン	232 9.8 1.8
7	金	5倍がゆ・豚肉とちんげん菜の煮物・かぼちゃと人参のココロ	人参入りうどん	176 6.4 1.9
8	土	ツナ入りうどん・じゃが芋と人参のスティック	おかゆ	163 5.8 0.8
10	月	5倍がゆ・きゅうりと人参のスティック おふとわかめと長ネギのすまし汁	おかか入りがゆ	134 3.7 0.2
11	火	5倍がゆ・いんげんと人参のスティック・玉ねぎと豆腐のスープ	オレンジ・菓子	224 5.4 7.1
12	水	5倍がゆ・メカジキスティック・豆腐となめこと玉ねぎの味噌汁	きなこがゆ	179 8.0 3.0
13	木	5倍がゆ・ささみと人参のスープ煮・じゃがいもの煮物	ツナ入りがゆ	164 8.6 0.7
14	金	5倍がゆ・ささみとじゃがいもの煮物 わかめと玉ねぎと人参の味噌汁	スティックパン	174 8.1 1.6
15	土	5倍がゆ・じゃがいもの煮物・ツナと人参のスープ	おかゆ	143 5.0 0.6
17	月	5倍がゆ・豚肉とえのきのすき煮・豆腐と人参のスープ	バナナのきなこあえ	142 6.8 3.0
18	火	ひじき入りうどん・ささみと人参のほぐし煮	おかか入りがゆ	163 7.5 0.5
19	水	5倍がゆ・もやしと小松菜の刻み和え・豆腐と人参と大根のすまし汁	にゅうめん	137 5.5 1.6
20	木	5倍がゆ・じゃがいもと人参のスティック ささみとブロッコリーのスープ煮	ツナ入りがゆ	164 9.0 0.7
21	金	5倍がゆ・豆腐とにんじんの煮物 わかめと玉ねぎとじゃが芋の味噌汁	きなこがゆ	184 6.9 3.0
22	土	クラス懇談会(通常保育はありません)		
24	月	スティックパン・玉ねぎのそぼろ煮・かぼちゃと人参のココロ	おかか入りがゆ	194 7.9 4.0
25	火	5倍がゆ・ささみとキャベツの煮物・わかめと玉ねぎと人参の味噌汁	グレープフルーツ 菓子	216 6.8 5.9
26	水	5倍がゆ・メカジキスティック・人参と大根としめじのすまし汁	きなこヨーグルト 菓子	237 8.4 9.0
27	木	5倍がゆ・豆腐と白菜のすき煮・もやしとしめじと人参の味噌汁	きなこがゆ	176 7.2 3.1
28	金	5倍がゆ・きゅうりと人参のスティック・じゃがいものそぼろ煮	おかか入りうどん	189 6.8 3.0
29	土	人参入りがゆ・豆腐と小松菜の煮物	おかゆ	147 4.5 1.6

予 定 献 立 表

施設名：トキワ保育園(離乳食モグモグ期)

食種名：モグモグ期

期 間：2019年06月01日(土)～2019年06月30日(日)

		11時	15時	1日分(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
1	土	7倍がゆ・人参と玉ねぎの煮物・豆腐とキャベツのスープ	おかか入りうどん	109 4.2 1.2
3	月	7倍がゆ・豆腐と人参の煮物・キャベツと玉ねぎのスープ	ツナ入りがゆ	114 5.7 1.5
4	火	7倍がゆ・ツナと小松菜の煮びたし・人参と玉ねぎのスープ	きな粉がゆ	141 8.1 3.1
5	水	7倍がゆ・ささみと小松菜のトロ煮・人参と玉ねぎの煮物	アスパラガス入りがゆ	113 5.5 0.3
6	木	ささみ入りうどん・人参と玉ねぎの煮物	パンがゆ	127 6.8 1.2
7	金	7倍がゆ・おふとちんげんさいの煮物・かぼちゃと人参のココロコ	人参入りうどん	101 2.7 0.4
8	土	ツナ入りうどん・じゃが芋と人参の煮物	おかゆ	105 4.6 0.7
10	月	7倍がゆ・きゅうりと人参のココロコ・豆腐と玉ねぎのスープ	おかか入りがゆ	102 3.8 1.1
11	火	7倍がゆ・いんげんと人参のココロコ・ツナと玉ねぎのスープ	オレンジ・菓子	165 4.8 6.0
12	水	7倍がゆ・タイのほぐし煮・きゅうりと玉ねぎのスープ	きな粉がゆ	149 8.3 4.1
13	木	7倍がゆ・じゃがいもマッシュ・ささみと人参のスープ煮	ツナ入りがゆ	115 7.7 0.7
14	金	7倍がゆ・ささみと玉ねぎのトロ煮・いんげんと人参のココロコ	パンがゆ	128 6.4 1.1
15	土	7倍がゆ・じゃがいもマッシュ・ツナと人参のスープ	おかゆ	99 4.2 0.6
17	月	7倍がゆ・豆腐と人参の煮物・おふとえんどう豆のトロ煮	バナナのきなこ和え	157 5.7 2.5
18	火	ささみ入りうどん・おふと人参のトロ煮	おかか入りがゆ	134 6.8 0.5
19	水	7倍がゆ・豆腐と小松菜の煮物・人参と大根のスープ	にゅうめん	96 3.6 1.1
20	木	7倍がゆ・ブロッコリーとじゃがいもの和え物 ささみと人参のスープ煮	ツナ入りがゆ	118 8.1 0.7
21	金	7倍がゆ・じゃがいもマッシュ・豆腐と人参のスープ	きな粉がゆ	146 6.8 3.6
22	土	クラス懇談会(通常保育はありません)		
24	月	パンがゆ・かぼちゃとツナのサラダ・きゅうりと人参のスープ	おかか入りがゆ	119 6.4 1.4
25	火	7倍がゆ・ささみとキャベツのトロ煮・人参と玉ねぎのスープ	グレープフルーツ 菓子	202 6.0 5.8
26	水	7倍がゆ・タイのほぐし煮・人参と大根のスープ	ツナ入りうどん	135 7.9 2.1
27	木	7倍がゆ・豆腐と白菜のトロ煮・人参スティック	きな粉がゆ	152 6.7 3.6
28	金	7倍がゆ・きゅうりと人参のココロコ・ツナとじゃがいものスープ	おかか入りうどん	118 5.7 0.7
29	土	人参入りがゆ・豆腐と小松菜のトロ煮	おかゆ	107 3.0 1.1