

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： 令和1年11月01日(金) ～ 令和1年11月30日(土)

| | | 間食 (午前) | 昼食 | 間食 (午後) | I類干 - (kcal) 蛋白質 (g) 脂質 (g) | |
|----|---|-----------|------------------------------|--------------|-----------------------------------|--|
| 1 | 金 | 人参煮 茶 | 軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮・味噌汁 | 焼うどん・茶 | 262 11.9 6.0 | |
| 2 | 土 | 菓子・茶 | カレーライス・切干し大根のサラダ | 菓子 | 403 8.9 13.5 | |
| 4 | 月 | 文化の日 振替休日 | | | | |
| 5 | 火 | 菓子・茶 | 軟飯・ひき肉と野菜の炒め物・じゃがいもスープ | バナナ・菓子・牛乳 | 303 8.3 6.6 | |
| 6 | 水 | 菓子・牛乳 | けんちんうどん・凍り豆腐とひじきの煮 | ツナチーズドッグ・牛乳 | 537 23.5 20.2 | |
| 7 | 木 | 菓子・茶 | ちらし寿司・すまし汁・みかん | 胡麻味噌パンケーキ・牛乳 | 676 25.5 28.2 | |
| 8 | 金 | 菓子・牛乳 | 軟飯・カレー豆腐・すまし汁 | わかめがゆ | 319 11.4 11.0 | |
| 9 | 土 | おみせやさんごっこ | | | | |
| 11 | 月 | 菓子・茶 | 軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮 ブロッコリー・すまし汁 | 五平餅・茶 | 309 9.7 6.1 | |
| 12 | 火 | 菓子・茶 | 軟飯・炒り豆腐・もやしスープ | みかん・菓子・牛乳 | 310 11.6 10.2 | |
| 13 | 水 | 菓子・牛乳 | 軟飯・きじ焼き・青菜ときのこのサラダ・味噌汁 | ミネストローネ | 340 13.9 13.3 | |
| 14 | 木 | 菓子・茶 | 軟飯・鮭と卵のグラタン・千切り野菜スープ | きなこがゆ・牛乳 | 456 21.5 17.5 | |
| 15 | 金 | 菓子・牛乳 | 軟飯・肉野菜炒め・すまし汁 | クラッカーサンド・牛乳 | 393 13.6 15.9 | |
| 16 | 土 | 菓子・茶 | ツナ入りうどん・にんじんスープ | おとし焼き | 390 13.2 5.4 | |
| 18 | 月 | 菓子・茶 | 軟飯・厚揚げのみぞれ煮・味噌汁 | 柿・菓子・牛乳 | 355 12.5 12.1 | |
| 19 | 火 | 菓子・牛乳 | 鶏肉と白菜のうどん・カレーきんぴら | 梅ピラフおにぎり・茶 | 476 14.6 7.4 | |
| 20 | 水 | 菓子・茶 | 軟飯・おでん・みかん | スコーン・牛乳 | 439 17.0 12.7 | |
| 21 | 木 | 菓子・牛乳 | コッペパン・ポークストロガノフ 大根とツナのサラダ | ゼリー | 250 11.2 9.0 | |
| 22 | 金 | 菓子・茶 | 軟飯・肉と野菜の炒め物 玉ねぎとしめじのスープ | 焼き芋 | 293 8.7 5.7 | |
| 23 | 土 | 勤労感謝の日 | | | | |
| 25 | 月 | 菓子・茶 | 軟飯・肉と野菜のカレー炒め・春雨サラダ | りんご・菓子・牛乳 | 311 8.8 9.5 | |
| 26 | 火 | 菓子・牛乳 | 軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮 ナムル・わかめスープ | 芋蒸しパン・牛乳 | 386 14.2 11.7 | |
| 27 | 水 | 菓子・牛乳 | 軟飯・魚のフライ・ポイルキャベツ・味噌汁 | ヨーグルト | 375 17.8 13.7 | |
| 28 | 木 | 菓子・茶 | 軟飯・豆腐の野菜あんかけ・すまし汁 | みかんケーキ・茶 | 303 12.5 8.7 | |
| 29 | 金 | 粉ふき芋 茶 | 軟飯・鶏肉入り五目煮豆・田舎汁 | にゅうめん | 266 13.8 4.7 | |
| 30 | 土 | 菓子・茶 | 豚丼・貝だくさんスープ | ゼリー | 355 10.1 5.2 | |

予定献立表

施設名： トキワ保育園

食種名： 3歳未満児

期間： 令和1年11月01日(金)～令和1年11月30日(土)

| | 間食 (午前) | 昼食 | 間食 (午後) | 1人あたり エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) | 夕方おやつ |
|----|---------|--|-----------------|---|---------------|
| 1 | 金 | 人参煮茶 ご飯・豚肉のしぐれ煮・味噌汁 | 焼うどん・茶 | 393 16.6 8.2 | おにぎり |
| 2 | 土 | 菓子・茶 カレーライス・切り干し大根のサラダ | 菓子 | 437 9.2 16.4 | — |
| 4 | 月 | 文化の日 振替休日 | | | |
| 5 | 火 | 菓子・茶 ご飯・マーボー春雨・じゃがいもスープ | バナナ・菓子・牛乳 | 479 13.6 12.3 | ラスク |
| 6 | 水 | 菓子・牛乳 けんちんうどん・凍り豆腐とひじきの煮物 | ツナチーズドッグ 牛乳 | 631 27.2 25.8 | スコーン |
| 7 | 木 | 菓子・茶 手巻き寿司パーティー | 胡麻味噌パンケーキ 牛乳 | 801 29.1 33.0 | ゼリー |
| 8 | 金 | 菓子・牛乳 ご飯・カレー豆腐・すまし汁 | プリン | 404 14.8 14.4 | 菓子 |
| 9 | 土 | おみせやさんごっこ | | | |
| 11 | 月 | 菓子・茶 ご飯・ポークソテー (バーベキューソース) ブロッコリー・すまし汁 | 五平餅・茶 | 430 14.8 10.0 | ふかし芋 |
| 12 | 火 | 菓子・茶 ご飯・炒り豆腐・もやしスープ | みかん・菓子・牛乳 | 446 15.9 13.5 | フルーツ ヨーグルト |
| 13 | 水 | 菓子・牛乳 ご飯・きじ焼き 青菜ときのこのサラダ・味噌汁 | ミネストローネ | 478 21.2 16.6 | パンケーキ |
| 14 | 木 | 菓子・茶 ご飯・鮭と卵のグラタン・千切り野菜スープ | きな粉団子・牛乳 | 580 25.7 21.1 | トースト |
| 15 | 金 | 菓子・牛乳 ご飯・肉野菜炒め・すまし汁 | クラッカーサンド 牛乳 | 536 18.3 19.6 | ゼリー |
| 16 | 土 | 菓子・茶 バターしょうゆスパゲッティー にんじんスープ | おとし焼き | 458 15.1 16.2 | — |
| 18 | 月 | 菓子・茶 ご飯・厚揚げのみぞれ煮・味噌汁 | 柿・菓子・牛乳 | 483 17.2 14.5 | 菓子 |
| 19 | 火 | 菓子・牛乳 鶏そば・カレーきんぴら | 梅ピラフおにぎり・茶 | 451 16.9 10.6 | 蒸しパン |
| 20 | 水 | 菓子・茶 ご飯・おでん・じゃこおかか・みかん | スコーン・牛乳 | 597 22.6 16.7 | いももち |
| 21 | 木 | 菓子・牛乳 コッペパン・ポークストロガノフ 大根とツナのサラダ | ゼリー | 425 16.4 13.9 | おにぎり |
| 22 | 金 | 菓子・茶 ご飯・ホイコーロー・玉ねぎとシメジのスープ | やきいも会 | 380 11.1 6.8 | クラッカー サンド |
| 23 | 土 | 勤労感謝の日 | | | |
| 25 | 月 | 菓子・茶 ご飯・ほうれん草カレー・春雨サラダ | りんご・菓子・牛乳 | 582 18.3 18.5 | じゃが バター |
| 26 | 火 | 菓子・牛乳 ご飯・焼き肉・ナムル・わかめスープ | 芋蒸しパン・牛乳 | 564 21.6 18.7 | ラスク |
| 27 | 水 | 菓子・牛乳 ご飯・魚のフライ・ポイルキャベツ・味噌汁 | ヨーグルト | 470 21.9 14.1 | おにぎり |
| 28 | 木 | 菓子・茶 ご飯・豆腐の野菜あんかけ・すまし汁 | みかんケーキ・茶 | 494 14.8 17.1 | フルーツ ヨーグルト |
| 29 | 金 | 粉ふきいも 茶 ご飯・鶏肉入り五目煮豆・田舎汁 | にゅうめん | 354 15.7 5.5 | 菓子 |
| 30 | 土 | 菓子・茶 豚丼・貝だくさんスープ | ゼリー | 363 13.3 7.5 | — |

*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

食種名：3歳以上児

期間：令和1年11月01日(金)～令和1年11月30日(土)

| | | 昼食 | 間食(午後) | 1人分 - (kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) | 夕方おやつ |
|----|---|-------------------------------------|-----------------|------------------------------------|---------------|
| 1 | 金 | ご飯・豚肉のしぐれ煮・味噌汁 | 焼うどん・茶 | 480 20.9 9.9 | おにぎり |
| 2 | 土 | カレーライス・切り干し大根のサラダ | 菓子 | 505 11.2 18.4 | — |
| 4 | 月 | 文化の日 振替休日 | | | |
| 5 | 火 | おでかけ【子どものアトリエ】 | バナナ・菓子・牛乳 | 248 8.4 7.9 | ラスク |
| 6 | 水 | けんちんうどん・凍り豆腐とひじきの煮物 | ツナチーズドッグ・牛乳 | 706 31.5 27.5 | スコーン |
| 7 | 木 | 手巻き寿司パーティー | 胡麻味噌パンケーキ 牛乳 | 960 35.6 39.3 | ゼリー |
| 8 | 金 | ご飯・カレー豆腐・すまし汁 | プリン | 421 16.0 13.2 | 菓子 |
| 9 | 土 | おみせやさんごっこ | | | |
| 11 | 月 | ご飯・ポークソテー(バーベキューソース) ブロッコリー・すまし汁 | 五平餅・茶 | 498 18.2 10.3 | ふかし芋 |
| 12 | 火 | ご飯・炒り豆腐・もやしスープ | みかん・菓子・牛乳 | 515 19.4 14.7 | フルーツ ヨーグルト |
| 13 | 水 | ご飯・きじ焼き・青菜ときのこのサラダ・味噌汁 | ミネストローネ | 518 24.3 16.0 | パンケーキ |
| 14 | 木 | ご飯・鮭と卵のグラタン・千切り野菜スープ | きな粉団子・牛乳 | 682 32.1 24.0 | トースト |
| 15 | 金 | ご飯・肉野菜炒め・すまし汁 | クラッカーサンド・牛乳 | 584 20.4 19.8 | ゼリー |
| 16 | 土 | バターしょうゆスパゲッティー・にんじんスープ | おとし焼き | 527 18.4 18.2 | — |
| 18 | 月 | ご飯・厚揚げのみぞれ煮・味噌汁 | 柿・菓子・牛乳 | 564 21.2 15.9 | 菓子 |
| 19 | 火 | おでかけ【ログハウス】 | 梅ピラフおにぎり・茶 | 478 18.7 8.4 | 蒸しパン |
| 20 | 水 | ご飯・おでん・じゃこおかか・みかん | スコーン・牛乳 | 705 27.8 18.6 | いももち |
| 21 | 木 | コッペパン・ポークストロガノフ・大根とツナのサラダ | ゼリー | 451 17.7 12.7 | おにぎり |
| 22 | 金 | ご飯・ホイコーロー・玉ねぎとシメジのスープ | やきいも会 | 434 13.6 6.4 | クラッカー サンド |
| 23 | 土 | 勤労感謝の日 | | | |
| 25 | 月 | ご飯・ほうれん草カレー・春雨サラダ | りんご・菓子・牛乳 | 688 22.5 21.2 | じゃが バター |
| 26 | 火 | ご飯・焼き肉・ナムル・わかめスープ | 芋蒸しパン・牛乳 | 618 24.5 18.6 | ラスク |
| 27 | 水 | ご飯・魚のフライ・ポイルキャベツ・味噌汁 | ヨーグルト | 502 25.0 12.9 | おにぎり |
| 28 | 木 | ご飯・豆腐の野菜あんかけ・すまし汁 | みかんケーキ・茶 | 576 18.2 19.4 | フルーツ ヨーグルト |
| 29 | 金 | ご飯・鶏肉入り五目煮豆・田舎汁 | にゅうめん | 414 19.1 6.6 | 菓子 |
| 30 | 土 | 豚丼・貝だくさんスープ | ゼリー | 411 16.4 7.3 | — |