

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4年12月01日(木)～令和4年12月28日(水)

		昼食	間食(午後)	I補給-(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
1	木	ご飯・魚のマヨネーズ焼き ブロッコリー・田舎汁	青のり蒸しパン・牛乳	671 29.8 23.3	芋おやき
2	金	ご飯・ポークソテー(バーベキューソース) 白菜おかか・すまし汁	ゼリー	393 17.6 7.6	おにぎり
3	土	ミートソーススパゲッティ 具だくさんスープ	菓子	472 14.7 9.9	—
5	月	ご飯・ハヤシチュー・温野菜サラダ	マーブルケーキ・牛乳	661 23.9 16.9	お麩ラスク
6	火	サンマーメン・切り干し大根の煮付け	おかかとチーズのおにぎり 茶	561 21.9 16.2	パンケーキ
7	水	ご飯・肉と野菜のボン酢炒め・きつねスープ	バナナ・菓子・牛乳	544 23.5 15.3	トースト
8	木	ご飯・鶏のマーマレード焼き のり和え・味噌汁	スコーン・牛乳	597 27.4 15.6	じゃがバター
9	金	ご飯・納豆がんも 千草煮・すまし汁	ヨーグルト	488 18.3 18.7	菓子
10	土	おゆうぎ会			
12	月	ご飯・ポークチャップ・豆腐の五目スープ	クラッカーサンド・牛乳	612 23.2 19.8	ゼリー
13	火	ご飯・魚の香味焼き ほうれん草サラダ・味噌汁	ツナのスパゲッティ 茶	507 24.7 13.8	ラスク
14	水	ご飯・カレー豆腐・かぶのスープ	チョコレートケーキ 茶	621 18.0 27.7	ピラフ
15	木	ご飯・いり鶏・すまし汁	マカロニきな粉・牛乳	519 24.5 12.5	ヨーグルト
16	金	ご飯・豚肉のしそ焼き 酢醤油和え・味噌汁	揚げパン・牛乳	721 28.8 24.7	ツナおやき
17	土	ドライカレー・和風コンソメスープ	菓子	516 11.3 14.6	—
19	月	ご飯・白菜と肉団子のスープ しょうゆフレンチ	手作りパン・牛乳	681 29.8 21.3	マカロニ きな粉
20	火	ご飯・ほうれん草カレー レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	760 23.8 25.5	ツナうどん
21	水	ご飯・豚肉の生姜焼き おひたし・すまし汁	にゅうめん	413 20.5 8.6	ゼリー
22	木	ご飯・マーボー豆腐・白菜スープ	バナナヨーグルト	433 14.0 8.8	菓子
23	金	ご飯・タンドリーチキン さつまいものサラダ・キャベツスープ	クリスマスパフェ	720 21.6 25.8	マカロニ ココア
24	土	豚丼・千切り野菜スープ	ゼリー	427 16.7 8.6	—
26	月	ご飯・焼き肉 ナムル・わかめスープ	中華風おにぎり・牛乳	649 25.8 18.4	クラッカー サンド
27	火	おかめうどん・ひじききんぴら	みかん・菓子・牛乳	532 24.7 13.9	じゃがバター
28	水	ご飯・厚揚げと豚肉の鍋風・のっぺい汁	ヨーグルト	466 19.4 15.3	パンケーキ
29	木	年末休園			
30	金	年末休園			
31	土	年末休園			

*このほか、生活時間のなかで水分補給として麦茶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歳未満児

期 間：令和4年12月01日(木)～令和4年12月28日(水)

		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	木	菓子・牛乳	ご飯・魚のマヨネーズ焼き ブロッコリー・田舎汁	青のり蒸しパン・牛乳	569 22.9 20.6	芋おやき
2	金	菓子・牛乳	ご飯・ポークソテー(バーベキューソース) 白菜おかか・すまし汁	ゼリー	365 16.1 7.9	おにぎり
3	土	菓子・茶	ミートソーススパゲッティ 具だくさんスープ	菓子	415 11.9 9.7	—
5	月	粉吹き芋・茶	ご飯・ハヤシシチュー・温野菜サラダ	マーブルケーキ・牛乳	528 18.1 12.1	お麩ラスク
6	火	菓子・牛乳	サンマーメン・切り干し大根の煮付け	おかかとチーズのおにぎり 茶	496 19.3 15.3	パンケーキ
7	水	菓子・茶	ご飯・肉と野菜のボン酢炒め・きつねスープ	バナナ・菓子・牛乳	430 17.9 11.5	トースト
8	木	菓子・牛乳	ご飯・鶏のマーマレード焼き のり和え・味噌汁	スコーン・牛乳	522 22.7 14.9	じゃがバター
9	金	菓子・牛乳	ご飯・納豆がんも 千草煮・すまし汁	ヨーグルト	443 16.6 16.9	菓子
10	土	おゆうぎ会				
12	月	菓子・茶	ご飯・ポークチャップ・豆腐の五目スープ	クラッカーサンド・牛乳	501 17.4 16.3	ゼリー
13	火	菓子・牛乳	ご飯・魚の香味焼き ほうれん草サラダ・味噌汁	ツナのスパゲッティ 茶	444 20.1 12.7	ラスク
14	水	菓子・茶	ご飯・カレー豆腐・かぶのスープ	チョコレートケーキ 茶	521 14.8 22.5	ピラフ
15	木	菓子・牛乳	ご飯・いり鶏・すまし汁	マカロニきな粉・牛乳	459 20.5 12.4	ヨーグルト
16	金	菓子・牛乳	ご飯・豚肉のしそ焼き 酢醤油和え・味噌汁	揚げパン・牛乳	605 23.8 20.3	ツナおやき
17	土	菓子・茶	ドライカレー・和風コンソメスープ	菓子	448 9.4 13.5	—
19	月	菓子・茶	ご飯・白菜と肉団子のスープ しょうゆフレンチ	手作りパン・牛乳	554 22.9 17.5	マカロニ きな粉
20	火	菓子・牛乳	ご飯・ほうれん草カレー レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	633 19.8 21.2	ツナうどん
21	水	菓子・牛乳	ご飯・豚肉の生姜焼き おひたし・すまし汁	にゅうめん	383 18.8 9.4	ゼリー
22	木	菓子・茶	ご飯・マーボー豆腐・白菜スープ	バナナヨーグルト	381 11.6 8.9	菓子
23	金	菓子・牛乳	ご飯・タンドリーチキン さつまいものサラダ・キャベツスープ	クリスマスパフェ	624 19.2 22.9	マカロニ ココア
24	土	菓子・茶	豚丼・干切り野菜スープ	ゼリー	375 13.6 8.5	—
26	月	菓子・牛乳	ご飯・焼き肉 ナムル・わかめスープ	中華風おにぎり・牛乳	564 21.6 17.1	クラッカー サンド
27	火	菓子・牛乳	おかめうどん・ひじききんぴら	みかん・菓子・牛乳	452 20.6 12.1	じゃがバター
28	水	菓子・牛乳	ご飯・厚揚げと豚肉の鍋風・のっぺい汁	ヨーグルト	428 17.6 14.8	パンケーキ
29	木	年末休園				
30	金	年末休園				
31	土	年末休園				

*このほか、生活時間のなかで水分補給として麦茶を提供しております。

*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（完了期）

食種名：完了期

期間：令和4年12月01日(木)～令和4年12月28日(水)

		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	木	菓子・牛乳	軟飯・魚のマヨネーズ焼き ブロッコリー・田舎汁	青のり蒸しパン・牛乳	475 19.7 20.7	芋おやき
2	金	菓子・牛乳	軟飯・ポークソテー（バーベキューソース） 白菜おかか・すまし汁	きな粉がゆ	306 11.6 8.5	おにぎり
3	土	菓子・茶	ひき肉入りうどん 具だくさんスープ	菓子	417 9.4 8.3	—
5	月	粉吹き芋・茶	軟飯・肉と野菜のコンソメ煮 温野菜サラダ	マーブルケーキ・牛乳	341 10.7 9.7	おかかがゆ
6	火	菓子・牛乳	サンマーメン・切り干し大根の煮付け	おかかとチーズのおにぎり 茶	505 19.3 17.3	パンケーキ
7	水	菓子・茶	軟飯・肉と野菜のボン酢炒め・きつねスープ	バナナ・菓子・牛乳	361 13.2 11.1	トースト
8	木	菓子・牛乳	軟飯・鶏のマーマレード焼き のり和え・味噌汁	スコーン・牛乳	392 15.4 12.1	じゃがバター
9	金	菓子・牛乳	軟飯・納豆がんも 千草煮・すまし汁	きな粉ヨーグルト	383 17.2 18.5	菓子
10	土	おゆうぎ会				
12	月	菓子・茶	軟飯・ポークチャップ・豆腐の五目スープ	おかかがゆ・牛乳	303 11.6 7.0	菓子
13	火	菓子・牛乳	軟飯・魚のソテー ほうれん草サラダ・味噌汁	ツナのスパゲッティ 茶	377 18.4 13.5	おかかがゆ
14	水	菓子・茶	軟飯・豆腐のそぼろ煮・かぶのスープ	いちごケーキ 茶	274 9.8 7.4	ピラフ
15	木	菓子・牛乳	軟飯・いり鶏・すまし汁	マカロニきな粉・牛乳	352 15.8 11.2	ヨーグルト
16	金	菓子・牛乳	軟飯・豚肉のしそ焼き 酢醤油和え・味噌汁	ツナドッグ・牛乳	431 21.3 18.1	ツナおやき
17	土	菓子・茶	野菜のそぼろ煮・和風コンソメスープ	菓子	316 7.7 9.5	—
19	月	菓子・茶	軟飯・白菜と肉団子のスープ しょうゆフレンチ	手作りパン・牛乳	406 17.2 15.1	マカロニ きな粉
20	火	菓子・牛乳	軟飯・ほうれん草カレー レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	422 11.8 16.4	ツナうどん
21	水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮 おひたし・すまし汁	にゅうめん	274 13.6 7.0	菓子
22	木	菓子・茶	軟飯・マーボー豆腐・白菜スープ	バナナヨーグルト	288 9.0 7.3	菓子
23	金	菓子・牛乳	軟飯・タンドリーチキン さつまいものサラダ・キャベツスープ	ヨーグルトパフェ	365 12.3 12.1	マカロニ ココア
24	土	菓子・茶	豚丼・干切り野菜スープ	菓子	449 11.0 10.3	—
26	月	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	中華風おにぎり・牛乳	436 16.2 12.6	きな粉がゆ
27	火	菓子・牛乳	おかめうどん・ひじききんぴら	みかん・菓子・牛乳	470 20.3 13.3	じゃがバター
28	水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉と白菜のとろ煮・のっぺい汁	きな粉ヨーグルト	283 13.3 11.3	パンケーキ
29	木	年末休園				
30	金	年末休園				
31	土	年末休園				

*このほか、生活時間のなかで水分補給として麦茶を提供しております。

*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。