

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5年04月01日(土)～令和4年04月28日(金)

		昼食	間食(午後)	1人あたり I類(1人あたり) エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
1	土	マーボー丼・野菜スープ	ヨーグルト	383 14.2 9.0	—
3	月	ご飯・ミートローフ 切り干し大根のサラダ・味噌汁	バナナ・菓子・牛乳	702 30.1 24.6	菓子
4	火	《春のお祝いランチ》	甘納豆蒸しパン・牛乳	795 33.2 22.1	ラスク
5	水	ご飯・豚肉の味噌がらめ ブロッコリー・すまし汁	フルーツゼリー	432 18.0 11.7	おにぎり
6	木	ご飯・酢豚・野菜スープ	マカロニきな粉・牛乳	556 23.3 14.5	ヨーグルト
7	金	ご飯・厚揚げのみぞれ煮・にんじんスープ	焼うどん・茶	451 17.9 10.2	芋おやき
8	土	バターしょうゆスパゲッティ 具だくさんスープ	菓子・牛乳	629 22.0 24.6	—
10	月	ご飯・魚の竜田揚げ おひたし・すまし汁	ヨーグルト	548 24.2 21.9	ゼリー
11	火	きつねうどん・ひじききんぴら	あんドーナツ・牛乳	751 29.1 20.6	トースト
12	水	ご飯・親子煮・和風コンソメスープ	ミニピザ・牛乳	563 26.4 19.4	お麩ラスク
13	木	ご飯・肉と野菜のポン酢炒め・味噌汁	キウイ・菓子・牛乳	534 24.3 15.6	じゃがバター
14	金	ご飯・マーボー豆腐・もやしスープ	ババロア	403 14.3 10.2	ピラフ
15	土	梅ピラフおにぎり・韓国風炒め・すまし汁	ゼリー	431 14.8 9.4	—
17	月	コッパパン・ロールキャベツ 大根とツナのサラダ	フルーツヨーグルト和え	512 23.9 14.0	マカロニ きな粉
18	火	サンマーメン・五目きんぴら	中華風おにぎり・牛乳	643 23.8 20.0	ゼリー
19	水	ご飯・豚肉のカレー焼き 塩昆布和え・すまし汁	レーズンスコーン・牛乳	624 26.6 19.2	おにぎり
20	木	ご飯・豆腐のそぼろあんかけ キャベツスープ	キャロットパンケーキ 牛乳	621 20.7 20.2	トースト
21	金	ご飯・ヤンニョム風チキン 香り三杯酢・わかめスープ	手作りパン・牛乳	696 29.9 25.1	ヨーグルト
22	土	クラス懇談会			
24	月	ご飯・魚の胡麻味噌だれ キャベツおかか・すまし汁	空豆・菓子・牛乳	682 38.0 17.1	パンケーキ
25	火	ご飯・カレー・しょうゆフレンチ	ホットケーキ・牛乳	710 21.6 20.2	マカロニ ココア
26	水	ご飯・炒り豆腐・春雨スープ	菓子・牛乳	628 21.8 18.7	ツナおやき
27	木	ご飯・鶏の甘酢炒め・たぬき汁	にゅうめん	459 21.4 9.3	ゼリー
28	金	ご飯・すき焼き風煮・味噌汁	いちごケーキ・茶	554 18.0 21.2	菓子
29	土	昭和の日			

*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5年04月01日(土)～令和4年04月28日(金)

		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	土	菓子・茶	マーボー丼・野菜スープ	ヨーグルト	339 12.0 9.1	—
3	月	菓子・茶	ご飯・ミートローフ 切り干し大根のサラダ・味噌汁	バナナ・菓子・牛乳	569 23.2 20.2	菓子
4	火	菓子・牛乳	《春のお祝いランチ》	甘納豆蒸しパン・牛乳	657 27.3 18.5	ラスク
5	水	菓子・牛乳	ご飯・豚肉の味噌がらめ ブロッコリー・すまし汁	フルーツゼリー	400 16.4 11.8	おにぎり
6	木	菓子・茶	ご飯・酢豚・野菜スープ	マカロニきな粉・牛乳	457 17.8 11.9	ヨーグルト
7	金	煮干し・牛乳	ご飯・厚揚げのみぞれ煮・にんじんスープ	焼うどん・茶	419 17.6 11.1	芋おやき
8	土	菓子・茶	バターしょうゆスパゲッティ 具たくさんスープ	菓子・牛乳	539 17.8 21.4	—
10	月	菓子・茶	ご飯・魚の竜田揚げ おひたし・すまし汁	ヨーグルト	473 19.7 19.3	ゼリー
11	火	菓子・牛乳	きつねうどん・ひじききんぴら	あんドーナツ・牛乳	631 24.2 17.5	トースト
12	水	粉ふき芋・茶	ご飯・親子煮・和風コンソメスープ	ミニピザ・牛乳	451 20.7 14.2	お麩ラスク
13	木	菓子・牛乳	ご飯・肉と野菜のポン酢炒め・味噌汁	キウイ・菓子・牛乳	468 20.1 14.9	じゃがバター
14	金	煮干し・牛乳	ご飯・マーボー豆腐・もやしスープ	ババロア	383 14.8 11.3	ピラフ
15	土	菓子・茶	梅ピラフおにぎり・韓国風炒め・すまし汁	ゼリー	380 12.1 9.3	—
17	月	菓子・茶	コッペパン・ロールキャベツ 大根とツナのサラダ	フルーツヨーグルト和え	445 19.6 12.8	マカロニ きな粉
18	火	菓子・茶	サンマーメン・五目きんぴら	中華風おにぎり・牛乳	504 18.2 15.0	ゼリー
19	水	菓子・牛乳	ご飯・豚肉のカレー焼き 塩昆布和え・すまし汁	レーズンスコーン・牛乳	497 20.5 14.5	おにぎり
20	木	菓子・牛乳	ご飯・豆腐のそぼろあんかけ キャベツスープ	キャロットパンケーキ 牛乳	541 17.4 18.5	トースト
21	金	煮干し・牛乳	ご飯・ヤンニョム風チキン 香り三杯酢・わかめスープ	手作りパン・牛乳	594 25.8 21.8	ヨーグルト
22	土	クラス懇談会				
24	月	菓子・茶	ご飯・魚の胡麻味噌だれ キャベツおほか・すまし汁	空豆・菓子・牛乳	542 27.9 13.5	パンケーキ
25	火	菓子・茶	ご飯・カレー・しょうゆフレンチ	ホットケーキ・牛乳	591 18.0 17.1	マカロニ ココア
26	水	菓子・牛乳	ご飯・炒り豆腐・春雨スープ	菓子・牛乳	535 18.5 15.9	ツナおやき
27	木	菓子・牛乳	ご飯・鶏の甘酢炒め・たぬき汁	にゅうめん	435 19.1 11.4	ゼリー
28	金	煮干し・牛乳	ご飯・すき焼き風煮・味噌汁	いちごケーキ・茶	466 16.0 17.9	菓子
29	土	昭和の日				

*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

食種名：3歳未満児

期間：令和5年04月01日(土)～令和4年04月28日(金)

		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	土	菓子・茶	マーボー丼・野菜スープ	きな粉ヨーグルト	326 12.2 9.2	—
3	月	菓子・茶	軟飯・ミートローフ 切り干し大根のサラダ・味噌汁	バナナ・菓子・牛乳	493 21.7 18.3	菓子
4	火	菓子・牛乳	《春のお祝いランチ》	きな粉がゆ・牛乳	529 19.5 15.7	菓子
5	水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉の味噌がらめ フロッコリー・すまし汁	わかめうどん	375 17.2 11.2	おにぎり
6	木	菓子・茶	軟飯・酢豚・野菜スープ	マカロニきな粉・牛乳	353 14.4 10.6	ヨーグルト
7	金	煮干し・牛乳	軟飯・厚揚げのみぞれ煮・にんじんスープ	焼うどん・茶	331 13.4 10.7	芋おやき
8	土	菓子・茶	ツナ入りうどん 貝だくさんスープ	菓子・牛乳	488 14.6 10.9	—
10	月	菓子・茶	軟飯・魚の竜田揚げ おひたし・すまし汁	きな粉ヨーグルト	315 14.6 13.0	菓子
11	火	菓子・牛乳	きつねうどん・ひじききんぴら	菓子・牛乳	647 25.8 25.5	トースト
12	水	粉ふき芋・茶	軟飯・親子煮・和風コンソメスープ	ツナ入りうどん・牛乳	549 23.7 10.9	おにぎり
13	木	菓子・牛乳	軟飯・肉と野菜のポン酢炒め・味噌汁	菓子・牛乳	441 15.6 16.7	じゃが バター
14	金	煮干し・牛乳	軟飯・マーボー豆腐・もやしスープ	きな粉がゆ・牛乳	306 10.5 8.6	ピラフ
15	土	菓子・茶	梅ピラフおにぎり・韓国風炒め・すまし汁	菓子・牛乳	349 8.5 10.6	—
17	月	菓子・茶	コッペパン・ロールキャベツ 大根とツナのサラダ	りんごとバナナの ヨーグルト和え	250 14.2 9.1	マカロニ きな粉
18	火	菓子・茶	サンマーメン・五目きんぴら	中華風おにぎり・牛乳	518 18.2 16.5	菓子
19	水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮 塩昆布和え・すまし汁	レーズンスコーン・牛乳	412 15.8 13.2	おにぎり
20	木	菓子・牛乳	軟飯・豆腐のそぼろ煮 キャベツスープ	キャロットパンケーキ 牛乳	407 13.8 14.6	トースト
21	金	煮干し・牛乳	軟飯・ささみのほぐし煮 香り三杯酢・わかめスープ	手作りパン・牛乳	360 19.2 10.2	ヨーグルト
22	土	クラス懇談会				
24	月	菓子・茶	軟飯・魚の塩焼き キャベツおかか・すまし汁	空豆・菓子・牛乳	340 21.3 9.6	パンケーキ
25	火	菓子・茶	軟飯・肉と野菜のカレー炒め しょうゆフレンチ	ホットケーキ・牛乳	353 11.7 12.8	マカロニ ココア
26	水	菓子・牛乳	軟飯・炒り豆腐・春雨スープ	菓子・牛乳	443 15.4 16.7	ツナおやき
27	木	菓子・牛乳	軟飯・鶏の甘酢炒め・たぬき汁	にゅうめん	352 19.9 9.3	おにぎり
28	金	煮干し・牛乳	軟飯・すき焼き風煮・味噌汁	いちごケーキ・茶	345 13.3 12.7	菓子
29	土	昭和の日				

*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(離乳食 初期・中期・後期)

期 間：令和5年04月01日(土)～令和5年04月28日(金)

		中期	後期
1	土	7倍がゆ 玉ねぎのせ 豆腐と小松菜のやわらか煮	5倍がゆ・豆腐と人参とえのきの煮物 小松菜と玉ねぎのスープ
3	月	人参がゆ ツナと玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・ツナと人参の煮物 豆腐と玉ねぎの味噌汁
4	火	人参入りうどんがゆ お麩とじゃがいものやわらか煮	人参入りうどん お麩とじゃがいもとねぎの煮物
5	水	7倍がゆ ブロッコリーのせ 大根ペースト きな粉のせ	5倍がゆ・豚肉とブロッコリーの味噌煮 大根と人参としめじのすまし汁
6	木	人参がゆ 豆腐と小松菜のやわらか煮	5倍がゆ・豚肉とじゃがいもと人参の煮物 えのきと小松菜と玉ねぎのスープ
7	金	しらすがゆ 白菜と大根のやわらか煮	5倍がゆ・白菜と小松菜のみぞれ煮 しらすと玉ねぎのスープ
8	土	ツナ入りうどんがゆ キャベツと人参のやわらか煮	ツナ入りうどん キャベツと人参と玉ねぎの煮物
10	月	7倍がゆ ほうれん草のせ カレイと白菜のやわらか煮	5倍がゆ・カレイのほぐし煮 白菜とほうれん草としめじのスープ
11	火	小松菜入りうどんがゆ 人参ペースト きな粉のせ	鶏肉入りうどん 小松菜と人参とひじきの煮物
12	水	人参がゆ ササミとキャベツのやわらか煮	5倍がゆ・ササミと小松菜と人参の煮物 じゃがいもとキャベツのスープ
13	木	きな粉がゆ 玉ねぎと人参のやわらか煮	5倍がゆ・豚肉と玉ねぎとしめじの煮物 キャベツと人参の味噌汁
14	金	きな粉がゆ 豆腐と人参の白和え	5倍がゆ・豆腐のそぼろ煮 もやしと人参とにらのスープ
15	土	人参がゆ お麩と小松菜のやわらか煮	5倍がゆ・人参とえのきの煮物 鶏肉と小松菜と玉ねぎのすまし汁
17	月	ミルクパンがゆ ツナと大根のやわらか煮	ミルクパンがゆ ツナと大根ときゅうりの和え物
18	火	人参入りうどんがゆ 白菜ペースト きな粉のせ	人参入りうどん 豚肉と白菜ともやしの煮物
19	水	しらすがゆ キャベツときゅうりのスープ煮	5倍がゆ・キャベツときゅうりとしらすの和え物 えのきともやしと人参のすまし汁
20	木	7倍がゆ キャベツのせ 豆腐と人参の白和え	5倍がゆ・豆腐と人参の白和え キャベツとねぎとえのきのスープ
21	金	人参がゆ ササミときゅうりのスープ煮	5倍がゆ・ササミときゅうりの煮物 わかめと人参のスープ
22	土	人参入りうどんがゆ お麩と玉ねぎのやわらか煮	人参入りうどん お麩と玉ねぎとキャベツの煮物
24	月	人参がゆ タイとキャベツのやわらか煮	5倍がゆ・タイのほぐし煮 キャベツとしめじと玉ねぎのすまし汁
25	火	7倍がゆ じゃがいものせ お麩と玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・人参とじゃがいものスティック煮 豚肉と玉ねぎとピーマンのスープ
26	水	人参がゆ 豆腐と玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・豆腐と人参とエリンギの煮物 もやしと玉ねぎのスープ
27	木	7倍がゆ 玉ねぎのせ 人参ペースト きな粉のせ	5倍がゆ・人参と大根のスティック煮 鶏ももとピーマンのスープ
28	金	人参がゆ ツナと白菜のやわらか煮	5倍がゆ・ツナと人参の煮物 にらともやしとコーンの味噌汁

※月齢や進み具合に応じて提供していきます。