

# 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05月01日(月)～令和5年05月31日(水)

		昼食	間食(午後)	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
月	1	トマトソーススパゲッティ 青菜ときのこのサラダ	五平餅・牛乳	613 22.8 16.2	菓子
火	2	ご飯・チリコンカーン・和風コンソメスープ	バナナ・菓子・牛乳	583 18.8 15.9	芋おやき
水	3	憲法記念日			
木	4	みどりの日			
金	5	こどもの日			
土	6	パン・牛乳	菓子	707 21.6 18.9	—
月	8	ご飯・魚のちゃんちゃん焼き ブロッコリー・すまし汁	おやき・牛乳	691 30.9 18.8	ヨーグルト
火	9	ご飯・カレー肉じゃが・味噌汁	ココア蒸しパン・牛乳	674 29.4 21.9	トースト
水	10	ご飯・肉野菜炒め・豆腐スープ	マカロニきな粉・牛乳	502 21.4 13.8	じゃがバター
木	11	ご飯・豆腐の野菜あんかけ・のっぺい汁	焼おにぎり・牛乳	650 23.6 15.8	ラスク
金	12	《ホットドックランチ》	ヨーグルト	652 19.0 29.3	ピラフ
土	13	焼きうどん・野菜スープ	ゼリー	328 12.4 3.5	—
月	15	味噌ラーメン・切り干し大根の煮付け	おにぎり・牛乳	674 29.4 21.9	パンケーキ
火	16	ご飯・ちくわのカレー揚げ 酢の物・すまし汁	クラッカーサンド・牛乳	624 18.2 19.6	ふかし芋
水	17	ご飯・ブルコギ風炒め・キャベツスープ	ブロッコリーの スパゲッティ・茶	502 21.4 13.8	菓子
木	18	ご飯・鶏肉入り五目煮豆・具だくさんスープ	スコーン・牛乳	594 23.4 15.7	おにぎり
金	19	ご飯・厚揚げのチャンプルー・すまし汁	ポパイパンケーキ・牛乳	670 29.3 25.4	トースト
土	20	納豆ひき肉丼・マカロニスープ	ホットケーキ	570 18.7 12.5	—
月	22	ご飯・肉豆腐・田舎汁	キウイ・菓子・牛乳	527 21.7 14.6	マカロニ ココア
火	23	ご飯・焼き肉・ナムル・味噌汁	マーマレードパウンド 牛乳	698 26.4 24.2	お麩ラスク
水	24	ご飯・魚の煮付け 凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁	おとし焼き・牛乳	624 30.1 19.1	ゼリー
木	25	ご飯・チキンカレー レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	733 21.9 24.0	おにぎり
金	26	ご飯・中華炒め・もやしスープ	バナナケーキ・茶	606 18.2 22.0	ヨーグルト
土	27	鶏そぼろおにぎり・ひじききんぴら・味噌汁	菓子	407 11.3 8.5	—
月	29	ご飯・豚肉のしそ焼き 納豆和え・味噌汁	タコライス・牛乳	757 31.2 24.6	パンケーキ
火	30	ご飯・レバーの香り揚げ 香り三杯酢・すまし汁	ヨーグルト	379 16.1 8.2	ゼリー
水	31	ご飯・マーボー春雨・野菜スープ	メロンパン・牛乳	699 20.3 18.6	マカロニ きな粉

\*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05月01日(月)～令和5年05月31日(水)

		朝おやつ	昼食	間食(午後)	1人分(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
月	1	菓子・牛乳	トマトソーススパゲッティー 青菜ときのこのサラダ	五平餅・牛乳	535 19.0 15.4	菓子
火	2	菓子・牛乳	ご飯・チリコンカーン・和風コンソメスープ	バナナ・菓子・牛乳	495 15.9 13.8	芋おやき
水	3	憲法記念日				
木	4	みどりの日				
金	5	こどもの日				
土	6	菓子・茶	パン・牛乳	菓子	600 17.6 16.9	—
月	8	菓子・茶	ご飯・魚のちゃんちゃん焼き ブロッコリー・すまし汁	おやき・牛乳	548 22.1 15.1	ヨーグルト
火	9	粉ふき芋・牛乳	ご飯・カレー肉じゃが・味噌汁	ココア蒸しパン・牛乳	525 17.4 12.4	トースト
水	10	菓子・牛乳	ご飯・肉野菜炒め・豆腐スープ	マカロニきな粉・牛乳	447 17.6 12.6	じゃがバター
木	11	菓子・牛乳	ご飯・豆腐の野菜あんかけ・のっぺい汁	焼おにぎり・牛乳	549 19.6 13.2	ラスク
金	12	煮干し・茶	《ホットドックランチ》	ヨーグルト	543 16.9 24.7	ピラフ
土	13	菓子・茶	焼きうどん・野菜スープ	ゼリー	295 10.4 4.6	—
月	15	菓子・牛乳	味噌ラーメン・切り干し大根の煮付け	おにぎり・牛乳	581 24.2 19.7	パンケーキ
火	16	菓子・牛乳	ご飯・ちくわのカレー揚げ 酢の物・すまし汁	クラッカーサンド・牛乳	524 15.2 16.7	ふかし芋
水	17	菓子・牛乳	ご飯・ブルコギ風炒め・キャベツスープ	ブロッコリーの スパゲッティー・茶	457 19.3 13.6	菓子
木	18	菓子・茶	ご飯・鶏肉入り五目煮豆・具だくさんスープ	スコーン・牛乳	470 17.5 11.2	おにぎり
金	19	煮干し・牛乳	ご飯・厚揚げのチャンプルー・すまし汁	ポパイパンケーキ・牛乳	574 25.2 21.8	トースト
土	20	菓子・茶	納豆ひき肉丼・マカロニスープ	ホットケーキ	487 15.3 11.8	—
月	22	菓子・茶	ご飯・肉豆腐・田舎汁	キウイ・菓子・牛乳	430 16.3 12.0	マカロニ ココア
火	23	人参煮・牛乳	ご飯・焼き肉・ナムル・味噌汁	マーマレードパウンド 牛乳	579 21.8 20.1	お麩ラスク
水	24	菓子・牛乳	ご飯・魚の煮付け 凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁	おとし焼き・牛乳	519 23.4 15.6	ゼリー
木	25	菓子・牛乳	ご飯・チキンカレー レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	612 18.3 19.7	おにぎり
金	26	煮干し・茶	ご飯・中華炒め・もやしスープ	バナナケーキ・茶	514 16.2 18.7	ヨーグルト
土	27	菓子・茶	鶏そぼろおにぎり・ひじききんぴら・味噌汁	菓子	360 9.4 8.5	—
月	29	菓子・茶	ご飯・豚肉のしそ焼き 納豆和え・味噌汁	タコライス・牛乳	613 24.3 20.1	パンケーキ
火	30	菓子・牛乳	ご飯・レバーの香り揚げ 香り三杯酢・すまし汁	ヨーグルト	354 14.6 8.9	ゼリー
水	31	菓子・牛乳	ご飯・マーボー春雨・野菜スープ	メロンパン・牛乳	592 17.2 16.1	マカロニ きな粉

\*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5年05月01日(月)～令和5年05月31日(水)

		朝おやつ	昼食	間食（午後）	1人分-(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ
月	1	菓子・牛乳	豚肉と玉ねぎのうどん 青菜ときのこのサラダ	五平餅・牛乳	422 15.3 12.7	菓子
火	2	菓子・牛乳	軟飯・チリコンカーン・和風コンソメスープ	バナナ・菓子・牛乳	451 15.0 14.2	芋おやき
水	3	憲法記念日				
木	4	みどりの日				
金	5	こどもの日				
土	6	菓子・茶	パン・牛乳	菓子	447 12.6 12.9	—
月	8	菓子・茶	軟飯・魚のちゃんちゃん焼き ブロッコリー・すまし汁	きな粉がゆ・牛乳	362 15.9 10.9	きな粉 ヨーグルト
火	9	粉ふき芋・牛乳	軟飯・カレー肉じゃが・味噌汁	ココア蒸しパン・牛乳	434 15.6 11.5	トースト
水	10	菓子・牛乳	軟飯・肉野菜炒め・豆腐スープ	マカロニきな粉・牛乳	362 14.7 12.3	じゃがバター
木	11	菓子・牛乳	軟飯・豆腐の野菜あんかけ・のっぺい汁	焼おにぎり・牛乳	482 18.0 14.7	菓子
金	12	煮干し・茶	《ホットドックランチ》	きな粉ヨーグルト	257 10.9 10.5	ピラフ
土	13	菓子・茶	焼きうどん・野菜スープ	菓子	265 7.4 7.5	—
月	15	菓子・牛乳	味噌うどん・切り干し大根の煮付け	おにぎり・牛乳	574 22.5 16.9	パンケーキ
火	16	菓子・牛乳	軟飯・お麩とツナの煮物 酢の物・すまし汁	おかがゆ・牛乳	377 18.6 8.8	ふかし芋
水	17	菓子・牛乳	軟飯・豚肉ともやしの煮物・キャベツスープ	ブロッコリーの スパゲッティ・茶	311 13.0 9.2	菓子
木	18	菓子・茶	軟飯・鶏肉入り五目煮豆・具だくさんスープ	スコーン・牛乳	392 15.9 11.8	おにぎり
金	19	煮干し・牛乳	軟飯・厚揚げのチャンプルー・すまし汁	ポパイパンケーキ・牛乳	493 22.8 21.7	トースト
土	20	菓子・茶	納豆ひき肉丼・マカロニスープ	ホットケーキ	452 16.2 14.7	—
月	22	菓子・茶	軟飯・肉豆腐・田舎汁	菓子・牛乳	325 13.4 11.0	マカロニ ココア
火	23	人参煮・牛乳	軟飯・豚肉と玉ねぎぼすき煮 ナムル・味噌汁	マーマレードパウンド 牛乳	478 16.0 15.3	菓子
水	24	菓子・牛乳	軟飯・魚の煮付け 凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁	おとし焼き・牛乳	421 18.3 13.5	きな粉がゆ
木	25	菓子・牛乳	軟飯・肉と野菜のカレー炒め レーズンのコールスローサラダ	菓子・牛乳	420 11.5 16.4	おにぎり
金	26	煮干し・茶	軟飯・中華炒め・もやしスープ	バナナケーキ・茶	322 12.0 10.9	きな粉 ヨーグルト
土	27	菓子・茶	鶏そぼろおにぎり・ひじききんぴら・味噌汁	菓子	412 11.2 9.8	—
月	29	菓子・茶	軟飯・豚肉のしそ焼き 納豆和え・味噌汁	きな粉がゆ・牛乳	433 19.7 16.2	パンケーキ
火	30	菓子・牛乳	軟飯・レバーの香り揚げ 香り三杯酢・すまし汁	きな粉ヨーグルト	295 14.0 10.7	菓子
水	31	菓子・牛乳	軟飯・マーボー春雨・野菜スープ	コッペパン・牛乳	396 14.3 13.3	マカロニ きな粉

\*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 中期・後期)

期 間：令和5年05月01日(月)～令和5年05月31日(水)

		中期	後期
月	1	玉ねぎ入りうどんがゆ ほうれん草ペースト きな粉のせ	玉ねぎ入りうどん 豚肉とほうれん草としめじの煮物
火	2	7倍がゆ キャベツのせ お麩とじゃがいものやわらか煮	5倍がゆ・人参とじゃがものそぼろ煮 キャベツとネギのスープ
水	3	憲法記念日	
木	4	みどりの日	
金	5	こどもの日	
土	6	ベビーフード	ベビーフード
月	8	人参がゆ ツナと玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・鮭のほぐし煮 もやしと人参とわかめのすまし汁
火	9	人参がゆ マッシュポテト きな粉和え	5倍がゆ・肉じゃが にらともやしとコーンの味噌汁
水	10	きな粉がゆ 人参入り白和え	5倍がゆ・人参入り白和え キャベツともやしのスープ
木	11	人参がゆ お麩と大根のやわらか煮	5倍がゆ・豆腐のそぼろ煮 大根と玉ねぎと人参のすまし汁
金	12	ミルクパンがゆ ブロッコリーと人参のきな粉煮	ミルクパンがゆ・人参とブロッコリーとツナの煮物 小松菜とえのきのスープ
土	13	キャベツ入りうどんがゆ 人参の白和え	豚肉入りうどんがゆ キャベツと人参と小松菜のスープ
月	15	うどんがゆ しらすのせ 小松菜と人参のやわらか煮	しらすうどん 切り干し大根と人参と小松菜の煮物
火	16	人参がゆ ツナときゅうりのスープ	5倍がゆ・お麩とツナのやわらか煮 大根と人参としめじのすまし汁
水	17	7倍がゆ キャベツのせ お麩と玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・豚肉ともやしの煮物 キャベツと人参のスープ
木	18	きな粉がゆ 人参とキャベツのやわらか煮	5倍がゆ・鶏肉と人参と玉ねぎの煮物 キャベツとえのきのスープ
金	19	人参がゆ キャベツペースト きな粉のせ	5倍がゆ・もやしとキャベツの煮物 鶏肉と小松菜と玉ねぎのすまし汁
土	20	7倍がゆ 小松菜のせ お麩と人参のやわらか煮	5倍がゆ・お麩と小松菜と人参の煮物 キャベツとコーンのスープ
月	22	7倍がゆ じゃがいものせ 大根とお麩の煮物	5倍がゆ・豚肉と人参とじゃがいもの煮物 大根とえのきの味噌汁
火	23	しらすがゆ 小松菜と人参のやわらか煮	5倍がゆ・しらすと人参と玉ねぎの煮物 キャベツともやしのスープ
水	24	人参がゆ カレイのほぐし煮	5倍がゆ・カレイのほぐし煮 人参スティック添え もやしとひじきのスープ
木	25	人参がゆ ササミとじゃがいものやわらか煮	5倍がゆ・ササミとじゃがいもと小松菜の煮物 キャベツと人参のスープ
金	26	きな粉がゆ 青梗菜と人参のやわらか煮	5倍がゆ・豚肉と人参と青梗菜の煮物 しめじともやしのスープ
土	27	人参がゆ 豆腐と大根のやわらか煮	5倍がゆ・ひじきと人参のそぼろ煮 豆腐と大根のすまし汁
月	29	7倍がゆ 小松菜のせ 豆腐と人参の煮物	5倍がゆ・人参と小松菜の納豆和え 豆腐と大根の味噌汁
火	30	きな粉がゆ 豆腐ときゅうりのスープ煮	5倍きな粉がゆ・人参ときゅうりのスティック煮 豆腐とネギのすまし汁
水	31	人参がゆ お麩と玉ねぎのやわらか煮	5倍がゆ・人参と玉ねぎのそぼろ煮 豆腐と小松菜のスープ

---

※月齢や進み具合に応じて提供していきます。