

# 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6年03月01日(金)～令和6年03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	ちらし寿司・すまし汁	ひなあられ 牛乳	526 19.8 14.9	マカロニ ココア
2	土	マーボー丼・和風コンソメスープ	菓子・牛乳	538 18.0 17.8	—
4	月	ご飯・厚揚げのチャンプルー・にんじんスープ	クラッカーサンド 牛乳	582 25.0 22.8	菓子
5	火	ご飯・松風焼 甘酢和え・味噌汁	フライドポテト 牛乳	598 27.8 22.8	ゼリー
6	水	ご飯・きじ焼き 五目きんぴら・すまし汁	ココア蒸しパン 牛乳	569 26.1 15.3	おにぎり
7	木	ご飯・鯖の味噌煮 ごま和え・すまし汁	クッキー	680 22.7 27.4	菓子
8	金	ご飯・カレーチャップ・もやしスープ	みかん・菓子・牛乳	506 21.0 14.8	パンケーキ
9	土	鶏そぼろおにぎり ひじききんぴら・味噌汁	菓子・牛乳	579 18.4 15.9	—
11	月	ミートソーススパゲッティ 具だくさんスープ	菓子・牛乳	595 22.1 17.2	菓子
12	火	チキンカレーライス 温野菜サラダ・牛乳	五平餅・茶	638 21.1 19.8	おにぎり
13	水	ご飯・ポークチャップ・野菜スープ	キウイ・菓子・牛乳	507 22.0 14.7	菓子
14	木	♪遠足♪	フレンチトースト 牛乳	275 11.8 13.1	ゼリー
15	金	ご飯・鶏のフライ ボイルキャベツ・味噌汁	バナナヨーグルト	600 21.3 21.3	マカロニ きな粉
16	土	バターしょうゆスパゲッティ じゃがいもスープ	プリン	442 18.2 17.1	—
18	月	ご飯・魚のムニエルタルタルソース 大根ナムル・キャベツスープ	お麩ラスク 牛乳	632 28.7 26.7	トースト
19	火	ご飯・豆腐のそぼろあんかけ・田舎汁	おにぎり・牛乳	571 22.3 14.5	菓子
20	水	春分の日			
21	木	ビビンバ丼・きつねスープ	いちごケーキ 茶	523 19.6 19.5	菓子
22	金	ご飯・ハンバーグ ブロッコリー・にんじんスープ	チュロス	572 19.9 25.7	ゼリー
23	土	卒園式			
25	月	ご飯・魚の香味焼き 即席漬け・すまし汁	カレーピラフおにぎり 牛乳	601 26.0 18.1	パンケーキ
26	火	ご飯・鶏肉の甘辛焼き キャベツおほか・味噌汁	レーズンスコーン 牛乳	646 27.9 22.9	おにぎり
27	水	ご飯・豚肉の味噌がらめ ゆかり和え・けんちん汁	ブロッコリーのスパゲッティ 茶	538 24.5 17.4	菓子
28	木	ご飯・チリコンカン・野菜炒め	マカロニきな粉 牛乳	537 21.9 17.0	トースト
29	金	ご飯・焼き肉 ツナサラダ・和風コンソメスープ	ヨーグルト	512 22.0 21.7	菓子
30	土	豚肉・野菜スープ	ゼリー	421 17.5 8.4	—

\*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6年03月01日(金)～令和6年03月30日(土)

		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	
1	金	菓子・牛乳	ちらし寿司・すまし汁	ひなあられ 牛乳	461 16.6 14.5	マカロニ ココア	
2	土	菓子・牛乳	マーボー丼・和風コンソメスープ	菓子・牛乳	475 15.3 16.6	—	
4	月	菓子・茶	ご飯・厚揚げのチャンプルー・にんじんスープ	クラッカーサンド 牛乳	478 18.8 18.5	菓子	
5	火	菓子・牛乳	ご飯・松風焼 甘酢和え・味噌汁	フライドポテト 牛乳	523 23.3 20.4	ゼリー	
6	水	さつまい芋 牛乳	ご飯・きじ焼き 五目きんぴら・すまし汁	ココア蒸しパン 牛乳	499 21.5 13.0	おにぎり	
7	木	菓子・牛乳	ご飯・鯖の味噌煮 ごま和え・すまし汁	クッキー	590 18.3 24.2	菓子	
8	金	菓子・茶	ご飯・カレーチャップ・もやしスープ	みかん・菓子・牛乳	417 16.0 12.2	パンケーキ	
9	土	菓子・牛乳	鶏そぼろおにぎり ひじききんぴら・味噌汁	菓子・牛乳	508 15.7 15.0	—	
11	月	粉ふき芋・ 茶	ミートソーススパゲッティー 具だくさんスープ	菓子・牛乳	475 16.9 12.2	菓子	
12	火	菓子・牛乳	チキンカレーライス 温野菜サラダ・牛乳	五平餅・茶	553 18.2 18.3	おにぎり	
13	水	菓子・茶	ご飯・ポークチャップ・野菜スープ	キウイ・菓子・牛乳	416 16.6 12.1	菓子	
14	木	菓子・牛乳	ご飯・豚肉のしそ焼き 凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁	フレンチトースト 牛乳	526 22.6 20.0	ゼリー	
15	金	菓子・牛乳	ご飯・鶏のフライ ボイルキャベツ・味噌汁	バナナヨーグルト	547 18.9 20.9	マカロニ きな粉	
16	土	菓子・茶	バターしょうゆスパゲッティー じゃがいもスープ	プリン	386 14.9 15.4	—	
18	月	菓子・牛乳	ご飯・魚のムニエルタルタルソース 大根ナムル・キャベツスープ	お麩ラスク 牛乳	540 21.9 23.3	トースト	
19	火	菓子・牛乳	ご飯・豆腐のそぼろあんかけ・田舎汁	おにぎり・牛乳	498 18.6 14.0	菓子	
20	水	春分の日					
21	木	さつまい芋 茶	ビビンバ丼・きつねスープ	いちごケーキ 茶	452 15.9 15.8	菓子	
22	金	菓子・牛乳	ご飯・ハンバーグ ブロッコリー・にんじんスープ	チュロス	524 17.7 24.3	ゼリー	
23	土	卒園式					
25	月	菓子・牛乳	ご飯・魚の香味焼き 即席漬け・すまし汁	カレーピラフおにぎり 牛乳	514 20.2 16.2	パンケーキ	
26	火	菓子・牛乳	ご飯・鶏肉の甘辛焼き キャベツおおか・味噌汁	レーズンスコーン 牛乳	560 23.4 20.7	おにぎり	
27	水	菓子・牛乳	ご飯・豚肉の味噌がらめ ゆかり和え・けんちん汁	ブロッコリーのスパゲッティー 茶	488 21.7 17.6	菓子	
28	木	菓子・茶	ご飯・チリコンカーン・野菜炒め	マカロニきな粉 牛乳	441 16.9 14.1	トースト	
29	金	粉ふき芋・ 茶	ご飯・焼き肉 ツナサラダ・和風コンソメスープ	ヨーグルト	461 20.1 19.3	菓子	
30	土	菓子・茶	豚肉・野菜スープ	ゼリー	373 14.3 8.4	—	

\*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6年03月01日(金)～令和6年03月30日(土)

		朝おやつ	昼食	間食（午後）	1人あたり(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)	夕方おやつ	
1	金	菓子・牛乳	ちらし寿司・すまし汁	きな粉がゆ 牛乳	471 17.1 14.4	マカロニ ココア	
2	土	菓子・牛乳	マーボー丼・和風コンソメスープ	菓子・牛乳	485 15.1 16.9	—	
4	月	菓子・茶	軟飯・厚揚げのチャンプルー・にんじんスープ	きな粉がゆ 牛乳	399 19.5 15.9	菓子	
5	火	菓子・牛乳	軟飯・松風焼 甘酢和え・味噌汁	おかかがゆ 牛乳	450 23.0 17.1	菓子	
6	水	さつまい芋 牛乳	軟飯・きじ焼き 五目さんぴら・すまし汁	ココア蒸しパン 牛乳	377 15.3 10.4	おにぎり	
7	木	菓子・牛乳	軟飯・鯖の味噌煮 ごま和え・すまし汁	きな粉がゆ	348 16.3 12.3	菓子	
8	金	菓子・茶	軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮・もやしスープ	みかん・菓子・牛乳	285 11.0 8.0	パンケーキ	
9	土	菓子・牛乳	鶏そぼろおにぎり ひじきさんぴら・味噌汁	菓子・牛乳	519 16.2 16.2	—	
11	月	粉ふき芋・ 茶	ツナ入りうどん 貝だくさんスープ	菓子・牛乳	448 14.7 9.1	菓子	
12	火	菓子・牛乳	軟飯・肉と野菜のカレー炒め 温野菜サラダ・牛乳	五平餅・茶	361 11.5 10.1	おにぎり	
13	水	菓子・茶	軟飯・ポークチャップ・野菜スープ	菓子・牛乳	309 14.0 10.6	菓子	
14	木	菓子・牛乳	軟飯・豚肉のしそ焼き 凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁	フレンチトースト 牛乳	470 22.6 21.1	菓子	
15	金	菓子・牛乳	軟飯・鶏のフライ ボイルキャベツ・味噌汁	バナナヨーグルト	432 15.0 18.1	マカロニ きな粉	
16	土	菓子・茶	ツナ入りうどん じゃがいもスープ	菓子	409 11.6 7.1	—	
18	月	菓子・牛乳	軟飯・魚のムニエルタルタルソース 大根ナムル・キャベツスープ	お麩ラスク 牛乳	423 18.1 23.2	トースト	
19	火	菓子・牛乳	軟飯・豆腐のそぼろあんかけ・田舎汁	おにぎり・牛乳	394 15.0 10.6	菓子	
20	水	春分の日					
21	木	さつまい芋 茶	鶏そぼろ丼・ナムル・きつねスープ	いちごケーキ 茶	341 11.4 7.0	菓子	
22	金	菓子・牛乳	軟飯・ハンバーグ ブロッコリー・にんじんスープ	きな粉がゆ	372 15.9 14.0	菓子	
23	土	卒園式					
25	月	菓子・牛乳	軟飯・魚の照り焼き 即席漬け・すまし汁	カレーピラフおにぎり 牛乳	445 19.9 17.2	パンケーキ	
26	火	菓子・牛乳	軟飯・鶏肉の甘辛焼き キャベツおかか・味噌汁	レーズンスコーン 牛乳	422 20.6 14.4	おにぎり	
27	水	菓子・牛乳	軟飯・豚肉の味噌煮 ゆかり和え・けんちん汁	ブロッコリーのスパゲッティ 茶	362 19.3 12.0	菓子	
28	木	菓子・茶	軟飯・チリコンカーン・野菜炒め	マカロニきな粉 牛乳	365 15.4 12.9	トースト	
29	金	粉ふき芋・ 茶	軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮 ツナサラダ・和風コンソメスープ	きな粉ヨーグルト	366 16.8 18.3	菓子	
30	土	菓子・茶	豚肉・野菜スープ	菓子	442 11.8 10.0	—	

\*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 後期)

期 間：令和6年03月01日(金)～令和6年03月30日(土)

		後期
1	金	5倍きなこがゆ・お麩と人参の煮物・さやえんどうとネギのすまし汁
2	土	5倍がゆ・豆腐とネギの煮物・じゃがいもとキャベツのスープ
4	月	5倍がゆ・豚肉ともやしの煮物・人参と玉ねぎのスープ
5	火	5倍がゆ・鶏ひきと人参のそぼろ煮・白菜の味噌汁
6	水	5倍がゆ・ササミといんげんの煮物・大根と人参のすまし汁
7	木	5倍がゆ・カレーの煮付け・小松菜ともやしと人参のすまし汁
8	金	5倍がゆ・豚肉と玉ねぎの煮物・もやしと人参のスープ
9	土	5倍がゆ・ひじきと人参の煮物・さつまいもとお麩の味噌汁
11	月	ツナ入りうどんがゆ・キャベツと玉ねぎの煮物
12	火	5倍がゆ・鶏むね肉とじゃがいもの煮物・きゅうりと人参のスティック煮
13	水	5倍がゆ・豆腐と人参の煮物・小松菜と玉ねぎのスープ
14	木	5倍がゆ・豚肉とひじきの煮物・人参ともやしのすまし汁
15	金	5倍がゆ・鶏むね肉とキャベツの煮物・大根と人参の味噌汁
16	土	ツナ入りうどんがゆ・じゃがいもとわかめのスープ
18	月	5倍がゆ・真鯛の煮付け・大根と人参のスティック煮
19	火	5倍がゆ・豆腐と人参の煮物・大根とじゃがいもの味噌汁
20	水	春分の日
21	木	5倍がゆ・しらすと人参の煮物・小松菜ともやしのスープ
22	金	5倍がゆ・豚ひき肉と玉ねぎのあんかけ・ブロッコリーと人参のミルクスープ
23	土	卒園式
25	月	5倍がゆ・カレーの煮付け・大根ときゅうりと人参のスティック煮
26	火	5倍がゆ・鶏むね肉とキャベツの煮物・わかめと玉ねぎの味噌汁
27	水	5倍がゆ・豚肉ときゅうりのさっと煮・大根ともやしのすまし汁
28	木	5倍がゆ・豚ひき肉と玉ねぎのそぼろあんかけ・もやしとキャベツのスープ
29	金	5倍がゆ・ツナとじゃがいものミルクスープ・人参ときゅうりのスティック煮
30	土	5倍がゆ・豚肉と玉ねぎの煮物・小松菜と人参のスープ

※月齢や進み具合に応じて提供していきます。