

# 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1日 - (kcal)<br>蛋白質 (g)<br>脂質 (g) | 夕方おやつ       |
|----|---|-----------------------------------|--------------------|------------------------------------|-------------|
| 1  | 金 | ちらし寿司・すまし汁                        | ひなあられ<br>牛乳        | 526<br>19.8<br>14.9                | マカロニ<br>ココア |
| 2  | 土 | マーボー丼・和風コンソメスープ                   | 菓子・牛乳              | 538<br>18.0<br>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<br>牛乳     | 582<br>25.0<br>22.8                | 菓子          |
| 5  | 火 | ご飯・松風焼<br>甘酢和え・味噌汁                | フライドポテト<br>牛乳      | 598<br>27.8<br>22.8                | ゼリー         |
| 6  | 水 | ご飯・きじ焼き<br>五目きんぴら・すまし汁            | ココア蒸しパン<br>牛乳      | 569<br>26.1<br>15.3                | おにぎり        |
| 7  | 木 | ご飯・鯖の味噌煮<br>ごま和え・すまし汁             | クッキー               | 680<br>22.7<br>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<br>21.0<br>14.8                | パンケーキ       |
| 9  | 土 | 鶏そぼろおにぎり<br>ひじききんぴら・味噌汁           | 菓子・牛乳              | 579<br>18.4<br>15.9                | —           |
| 11 | 月 | ミートソーススパゲッティ<br>具だくさんスープ          | 菓子・牛乳              | 595<br>22.1<br>17.2                | 菓子          |
| 12 | 火 | チキンカレーライス<br>温野菜サラダ・牛乳            | 五平餅・茶              | 638<br>21.1<br>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<br>22.0<br>14.7                | 菓子          |
| 14 | 木 | ♪遠足♪                              | フレンチトースト<br>牛乳     | 275<br>11.8<br>13.1                | ゼリー         |
| 15 | 金 | ご飯・鶏のフライ<br>ボイルキャベツ・味噌汁           | バナナヨーグルト           | 600<br>21.3<br>21.3                | マカロニ<br>きな粉 |
| 16 | 土 | バターしょうゆスパゲッティ<br>じゃがいもスープ         | プリン                | 442<br>18.2<br>17.1                | —           |
| 18 | 月 | ご飯・魚のムニエルタルタルソース<br>大根ナムル・キャベツスープ | お麩ラスク<br>牛乳        | 632<br>28.7<br>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<br>22.3<br>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<br>茶        | 523<br>19.6<br>19.5                | 菓子          |
| 22 | 金 | ご飯・ハンバーグ<br>ブロッコリー・にんじんスープ        | チュロス               | 572<br>19.9<br>25.7                | ゼリー         |
| 23 | 土 | 卒園式                               |                    |                                    |             |
| 25 | 月 | ご飯・魚の香味焼き<br>即席漬け・すまし汁            | カレーピラフおにぎり<br>牛乳   | 601<br>26.0<br>18.1                | パンケーキ       |
| 26 | 火 | ご飯・鶏肉の甘辛焼き<br>キャベツおなか・味噌汁         | レーズンスコーン<br>牛乳     | 646<br>27.9<br>22.9                | おにぎり        |
| 27 | 水 | ご飯・豚肉の味噌がらめ<br>ゆかり和え・けんちん汁        | ブロッコリーのスパゲッティ<br>茶 | 538<br>24.5<br>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<br>牛乳      | 537<br>21.9<br>17.0                | トースト        |
| 29 | 金 | ご飯・焼き肉<br>ツナサラダ・和風コンソメスープ         | ヨーグルト              | 512<br>22.0<br>21.7                | 菓子          |
| 30 | 土 | 豚肉・野菜スープ                          | ゼリー                | 421<br>17.5<br>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)<br>蛋白質(g)<br>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<br>牛乳         | 461<br>16.6<br>14.5          | マカロニ<br>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<br>15.3<br>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<br>牛乳      | 478<br>18.8<br>18.5          | 菓子          |  |
| 5  | 火 | 菓子・牛乳       | ご飯・松風焼<br>甘酢和え・味噌汁                | フライドポテト<br>牛乳       | 523<br>23.3<br>20.4          | ゼリー         |  |
| 6  | 水 | さつまいも<br>牛乳 | ご飯・きじ焼き<br>五目きんぴら・すまし汁            | ココア蒸しパン<br>牛乳       | 499<br>21.5<br>13.0          | おにぎり        |  |
| 7  | 木 | 菓子・牛乳       | ご飯・鯖の味噌煮<br>ごま和え・すまし汁             | クッキー                | 590<br>18.3<br>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<br>16.0<br>12.2          | パンケーキ       |  |
| 9  | 土 | 菓子・牛乳       | 鶏そぼろおにぎり<br>ひじききんぴら・味噌汁           | 菓子・牛乳               | 508<br>15.7<br>15.0          | —           |  |
| 11 | 月 | 粉ふき芋・<br>茶  | ミートソーススパゲッティー<br>具だくさんスープ         | 菓子・牛乳               | 475<br>16.9<br>12.2          | 菓子          |  |
| 12 | 火 | 菓子・牛乳       | チキンカレーライス<br>温野菜サラダ・牛乳            | 五平餅・茶               | 553<br>18.2<br>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<br>16.6<br>12.1          | 菓子          |  |
| 14 | 木 | 菓子・牛乳       | ご飯・豚肉のしそ焼き<br>凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁    | フレンチトースト<br>牛乳      | 526<br>22.6<br>20.0          | ゼリー         |  |
| 15 | 金 | 菓子・牛乳       | ご飯・鶏のフライ<br>ボイルキャベツ・味噌汁           | バナナヨーグルト            | 547<br>18.9<br>20.9          | マカロニ<br>きな粉 |  |
| 16 | 土 | 菓子・茶        | バターしょうゆスパゲッティー<br>じゃがいもスープ        | プリン                 | 386<br>14.9<br>15.4          | —           |  |
| 18 | 月 | 菓子・牛乳       | ご飯・魚のムニエルタルタルソース<br>大根ナムル・キャベツスープ | お麩ラスク<br>牛乳         | 540<br>21.9<br>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<br>18.6<br>14.0          | 菓子          |  |
| 20 | 水 | 春分の日        |                                   |                     |                              |             |  |
| 21 | 木 | さつまいも<br>茶  | ビビンバ丼・きつねスープ                      | いちごケーキ<br>茶         | 452<br>15.9<br>15.8          | 菓子          |  |
| 22 | 金 | 菓子・牛乳       | ご飯・ハンバーグ<br>ブロッコリー・にんじんスープ        | チュロス                | 524<br>17.7<br>24.3          | ゼリー         |  |
| 23 | 土 | 卒園式         |                                   |                     |                              |             |  |
| 25 | 月 | 菓子・牛乳       | ご飯・魚の香味焼き<br>即席漬け・すまし汁            | カレーピラフおにぎり<br>牛乳    | 514<br>20.2<br>16.2          | パンケーキ       |  |
| 26 | 火 | 菓子・牛乳       | ご飯・鶏肉の甘辛焼き<br>キャベツおおか・味噌汁         | レーズンスコーン<br>牛乳      | 560<br>23.4<br>20.7          | おにぎり        |  |
| 27 | 水 | 菓子・牛乳       | ご飯・豚肉の味噌がらめ<br>ゆかり和え・けんちん汁        | ブロッコリーのスパゲッティー<br>茶 | 488<br>21.7<br>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<br>牛乳       | 441<br>16.9<br>14.1          | トースト        |  |
| 29 | 金 | 粉ふき芋・<br>茶  | ご飯・焼き肉<br>ツナサラダ・和風コンソメスープ         | ヨーグルト               | 461<br>20.1<br>19.3          | 菓子          |  |
| 30 | 土 | 菓子・茶        | 豚肉・野菜スープ                          | ゼリー                 | 373<br>14.3<br>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)<br>蛋白質(g)<br>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<br>牛乳        | 471<br>17.1<br>14.4            | マカロニ<br>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<br>15.1<br>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<br>牛乳        | 399<br>19.5<br>15.9            | 菓子          |
| 5  | 火 | 菓子・牛乳       | 軟飯・松風焼<br>甘酢和え・味噌汁                | おかかかゆ<br>牛乳        | 450<br>23.0<br>17.1            | 菓子          |
| 6  | 水 | さつまい芋<br>牛乳 | 軟飯・きじ焼き<br>五目さんぴら・すまし汁            | ココア蒸しパン<br>牛乳      | 377<br>15.3<br>10.4            | おにぎり        |
| 7  | 木 | 菓子・牛乳       | 軟飯・鯖の味噌煮<br>ごま和え・すまし汁             | きな粉がゆ              | 348<br>16.3<br>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<br>11.0<br>8.0             | パンケーキ       |
| 9  | 土 | 菓子・牛乳       | 鶏そぼろおにぎり<br>ひじきさんぴら・味噌汁           | 菓子・牛乳              | 519<br>16.2<br>16.2            | —           |
| 11 | 月 | 粉ふき芋・<br>茶  | ツナ入りうどん<br>貝だくさんスープ               | 菓子・牛乳              | 448<br>14.7<br>9.1             | 菓子          |
| 12 | 火 | 菓子・牛乳       | 軟飯・肉と野菜のカレー炒め<br>温野菜サラダ・牛乳        | 五平餅・茶              | 361<br>11.5<br>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<br>14.0<br>10.6            | 菓子          |
| 14 | 木 | 菓子・牛乳       | 軟飯・豚肉のしそ焼き<br>凍り豆腐とひじきの煮物・すまし汁    | フレンチトースト<br>牛乳     | 470<br>22.6<br>21.1            | 菓子          |
| 15 | 金 | 菓子・牛乳       | 軟飯・鶏のフライ<br>ボイルキャベツ・味噌汁           | バナナヨーグルト           | 432<br>15.0<br>18.1            | マカロニ<br>きな粉 |
| 16 | 土 | 菓子・茶        | ツナ入りうどん<br>じゃがいもスープ               | 菓子                 | 409<br>11.6<br>7.1             | —           |
| 18 | 月 | 菓子・牛乳       | 軟飯・魚のムニエルタルタルソース<br>大根ナムル・キャベツスープ | お麩ラスク<br>牛乳        | 423<br>18.1<br>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<br>15.0<br>10.6            | 菓子          |
| 20 | 水 | 春分の日        |                                   |                    |                                |             |
| 21 | 木 | さつまい芋<br>茶  | 鶏そぼろ丼・ナムル・きつねスープ                  | いちごケーキ<br>茶        | 341<br>11.4<br>7.0             | 菓子          |
| 22 | 金 | 菓子・牛乳       | 軟飯・ハンバーグ<br>ブロッコリー・にんじんスープ        | きな粉がゆ              | 372<br>15.9<br>14.0            | 菓子          |
| 23 | 土 | 卒園式         |                                   |                    |                                |             |
| 25 | 月 | 菓子・牛乳       | 軟飯・魚の照り焼き<br>即席漬け・すまし汁            | カレーピラフおにぎり<br>牛乳   | 445<br>19.9<br>17.2            | パンケーキ       |
| 26 | 火 | 菓子・牛乳       | 軟飯・鶏肉の甘辛焼き<br>キャベツおかか・味噌汁         | レーズンスコーン<br>牛乳     | 422<br>20.6<br>14.4            | おにぎり        |
| 27 | 水 | 菓子・牛乳       | 軟飯・豚肉の味噌煮<br>ゆかり和え・けんちん汁          | ブロッコリーのスパゲッティ<br>茶 | 362<br>19.3<br>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<br>牛乳      | 365<br>15.4<br>12.9            | トースト        |
| 29 | 金 | 粉ふき芋・<br>茶  | 軟飯・豚肉と玉ねぎのすき煮<br>ツナサラダ・和風コンソメスープ  | きな粉ヨーグルト           | 366<br>16.8<br>18.3            | 菓子          |
| 30 | 土 | 菓子・茶        | 豚肉・野菜スープ                          | 菓子                 | 442<br>11.8<br>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・カレイの煮付け・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・カレイの煮付け・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。