



ときつこども園

日	曜	未満児おやつ	献立	15時おやつ	給食の主な材料	エネルギー kcal	塩分 g
1	木	いちごウエハース	鮭わかめご飯 里芋の含め煮 すまし汁 ゼリー	黒糖みるくせんべい	牛乳 米、べにさけ、炊き込みわかめ、グリーンピース(冷凍)／さといも、油揚げ／はんぺん(乳・卵不使用)、焼ふ(車ふ)、あさつき／ゼリー	509 537	1.6 1.9
2	金	ポックンゼリー	煮込みうどん ちくわの磯辺揚げ ミニパン	れんこんチップ	乳酸菌飲料 干しうどん、鶏もも肉、油揚げ、はくさい、干しいたけ、かまぼこ(ノンアレルギー)、ねぎ／ちくわ(乳・卵不使用)、あおのり／ペビーパン	450 458	1.9 2.6
3	土		土曜保育(お弁当)	せんべい	お茶		
5	月	星たべよ	ゆかりご飯 揚げだし豆腐 白菜のおかか和え のりスープ	アップルホットタルト	牛乳 米、しそふりかけ／揚げ出し豆腐／はくさい、にんじん／焼きのり、かまぼこ(ノンアレルギー)、ねぎ	540 569	2.1 2.2
6	火	バナナ	パン クリームシチュー ボイルウインナー 大根サラダ	プリン	ロールパン、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー、コーン(冷凍)／ウインナー／だいこん、にんじん	599 557	2.3 2.4
7	水	カリポテ	ご飯 さばの照焼き 金平ごぼう 白味噌汁	こつぶっこ	牛乳 米／さば／ごぼう、にんじん、しらたき／木綿豆腐、えのきたけ、あさつき、油揚げ	520 560	1.8 1.9
8	木	いちごウエハース	スパゲティカレーソース キャベツのサラダ フルーツポンチ	大学芋	牛乳 スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん／キャベツ、きゅうり、にんじん／みかん缶、もも缶、パンチビット、バナナ	625 674	1.5 1.8
9	金	のりもビスケット	五平もち きゅうりのゆかり和え わかめ汁	はとむぎおこし	乳酸菌飲料 米／きゅうり／わかめ(乾)、にんじん、かまぼこ(ノンアレルギー)、ねぎ	588 616	2.5 2.9
10	土		土曜保育(お弁当)	クッキー	お茶		
12	月	おこめせんべい	豚キャベツ丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁	ミレーフライ	牛乳 米、豚もも肉、キャベツ、たまねぎ／ほうれんそう／だいこん、ねぎ、油揚げ	499 544	2.1 2.3
13	火	オレンジ	パン エピフライ ブロッコリーのサラダ レタススープ	ゼリー	黒糖パン／エピフライ(冷凍)／ブロッコリー、にんじん／レタス、ベーコン(乳・卵不使用)、コーン(冷凍)	374 371	1.2 1.4
14	水	たまごボーロ	ごはん 蓮根と鶏肉のごま味噌煮 きゅうりとじゃこの酢の物 すまし汁	ハーベスト	牛乳 米／れんこん、にんじん、鶏もも肉／きゅうり、わかめ(乾)、しらす干し／木綿豆腐、焼ふ(車ふ)、あさつき	480 506	1.5 1.8
15	木	いちごウエハース	醤油ラーメン (未)しゅうまい(以)揚げぎょうざ りんご	コーンフレーククッキー	牛乳 冷凍ラーメン、キャベツ、豚もも肉、緑豆もやし、にんじん／シューマイ(冷凍)、ぎょうざ(冷凍)／りんご	489 622	1.9 2.8
16	金	ポックンゼリー	さつまいもご飯 炒り鶏 豆腐汁	どうぶつビスケット	乳酸菌飲料 米、さつまいも／鶏もも肉、たけのこ(水煮缶)、にんじん、いんげん(冷凍)、干しいたけ／木綿豆腐、かまぼこ(ノンアレルギー)、わかめ(乾)	442 407	1.7 2.0
17	土		運動会				
19	月	星たべよ	ご飯 肉じゃが 白菜のごま和え ふ玉汁	コーンスナック	牛乳 米／豚もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき／はくさい、にんじん／焼ふ(車ふ)、かまぼこ(ノンアレルギー)、あさつき	492 525	1.9 2.0
20	火	カリポテ	パン 煮込みハンバーグ さっぱりサラダ かにかまのスープ いちご&マーガリン	(未)ヘアビスケットコア(以)たご焼き	牛乳 食パン／いちご&マーガリン／豚ひき肉、たまねぎ、にんじん／レタス、きゅうり、みかん缶／かにかまぼこ、たまねぎ、にんじん、あさつき	506 592	2.3 2.5
21	水		○●○秋の園足お弁当持参日○●○	オレンジジュース			
22	木	いちごウエハース	きつねうどん 鶏肝煮 黄桃	おにまんじゅう	牛乳 干しうどん、油揚げ、ほうれんそう、かまぼこ(ノンアレルギー)／鶏レバー／もも缶	524 577	2.7 3.3
23	金	のりもビスケット	吹寄せおこわ チキンナゲット 人参サラダ 青菜汁	麩菓子	乳酸菌飲料 米、もち米、ゆでくり、干しいたけ、しめじ、にんじん／チキンナゲット(乳・卵不使用)／にんじん、パセリ／こまつな、にんじん、だいこん	523 510	2.3 2.5
24	土		土曜保育(お弁当)	クッキー	お茶		
26	月	おこめせんべい	高野豆腐ご飯 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	マカロニあべかわ	牛乳 米、凍り豆腐、にんじん、干しいたけ、ねぎ、鶏ひき肉、むきえだまめ(冷凍)／ブロッコリー／なす、えのきたけ、油揚げ	487 527	2.1 2.4
27	火	たまごボーロ	(未)ご飯(以)ナンドライカレー 野菜のゆかり和え みかん	ヨーグルト	米／ナン／米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、ピーマン、干しぶどう／キャベツ、きゅうり、にんじん／みかん	649 607	1.3 2.1
28	水	黄桃	焼きそば ふんわり野菜揚げ 中華スープ	ミニパウムクーヘン	牛乳 焼きそばめん、豚もも肉、ちくわ(乳・卵不使用)、キャベツ、たまねぎ、にんじん／ふんわり野菜揚げ／卵、コーン(冷凍)、ねぎ、たまねぎ	475 516	1.8 2.1
29	木	いちごウエハース	ご飯 かじきのかりん揚げ 三色和え すまし汁	クッキー	牛乳 米／かじき／ほうれんそう、にんじん、コーン(冷凍)／わかめ(乾)、えのきたけ、はんぺん(乳・卵不使用)、あさつき	526 538	1.8 2.0
30	金	ポックンゼリー	手作りふりかけご飯 金時豆甘煮 白味噌汁 魚肉ソーセージ	かぼちゃの蒸しケーキ	乳酸菌飲料 米、しらす干し、塩こんぶ／いんげんまめ(乾)／こまつな、木綿豆腐、油揚げ／魚肉ソーセージ	566 568	1.8 2.0
31	土		土曜保育(お弁当)	せんべい	お茶		

※午前のおやつ(未満児)には、毎日牛乳がつきます。

※入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承ください。

☆☆ エネルギー・塩分表示 ☆☆☆

上段:3歳未満児 下段:3歳以上児