



2がつこんだてひょう

R5. 1. 30 りきごうようちえん

にち	ようび	午前中おやつ	こんだてめい	おやつ	kcal 以上児/未満児	あか		きいろ		みどり
						ち・にく・ほねになる	ねつ、ちからになる	からだのちようしをとのえる		
1	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	さかなのみそに かぼちゃのあまに のっぺいじる ぎゅうにゅう	いきなりだんご ぎゅうにゅう	258/493	さば ホキ ぎゅうにゅう とりにく こめみそ あぶらあげ	ポーロ こめ さといも こんにやく かたくりこ さつまいも こしあん じゃもしんこ さとう	しょうが かぼちゃ だいこん ごぼう にんじん ねぎ		
2	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	わふうバスタ わかゆサラダ ぶくまめミックス (年少・はなぐみ:たまごポーロ)	きなこロール ぎゅうにゅう	233/566	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにゅう ヨーグルト きなこ	ビスケット こめ スパゲティ あぶら さとう ごま ミックスこ	たまねぎ ぶなしめじ にんじん グリーンピース カットワカメ きゅうり えのきたけ コーン		
3	きん	(半日保育) アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	コーンマヨやき おほかあえ コンソメスープ ぎゅうにゅう	バナナスコーン ぎゅうにゅう	200/502	ホキ ぎゅうにゅう チーズ かつおぶし	アスパラガスビスケット こめ こむぎこ あぶら マヨネーズ さとう じゃがいも ミックスこ パター	コーン ほうれんそう えのきたけ にんじん ぶなしめじ たまねぎ バナナ		
4	と	保育発表会								
5	にち									
6	げつ	(振替休日) クラッカー ぎゅうにゅう	しぶに はるさめサラダ ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	237/556	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ	クラッカー こめ かたくりこ はるさめ マヨネーズ さとう ごま ビスケット せんべい あられ	はくさい にんじん きゅうり		
7	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	しょうがやき ひじきのこまあえ フルーツ	ミルクくずもち	249/505	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク きなこ	シガービスケット こめ あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	たまねぎ にんじん しょうが ひじき コーン きゅうり バナナ		
8	すい	(遊樂訓練①) ポーロ ぎゅうにゅう	さかなのうめふうみに きゅうりのこぶあえ きんとん マミー	うめがえもち ぎゅうにゅう	217/534	ホキ きぬごしどうふ ぎゅうにゅう スキムミルク	ポーロ こめ さとう ごまあぶら さつまいも マミー しらたまこ こしあん あぶら	しょうが うめびしお きゅうり しおこんぶ りんご		
9	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	すぶたふう ごまだれあえ いりこ	サーターアングー ぎゅうにゅう	200/511	ちくわ にくだんご いりこ ぎゅうにゅう	ビスケット こめ あぶら さとう ミックスこ こむぎこ	たまねぎ にんじん ビーマン たけのこ ほししいたけ ほうれんそう もやし		
10	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	ホークビーンズ ツナサラダ	かぼちゃまんじゅう ぎゅうにゅう	235/513	だいず ぶたにく ツナフレーク ぎゅうにゅう	アスパラガスビスケット こめ じゃがいも さとう かたくりこ ミックスこ こしあん	たまねぎ にんじん グリンピース トマト キャベツ きゅうり コーン かぼちゃ		
11	と	建園記念の日								
12	にち									
13	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	きつねうどん まつかぜやき フルーツ	ちぎりパン ぎゅうにゅう	247/579	あぶらあげ うすらたまご とりにく こめみそ	クラッカー こめ かんそうどん さとう こむぎこ しらたまこ バター ジャム	ほうれんそう ねぎ にんじん かっとうわかめ たまねぎ りんご		
14	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	コロック マカロニサラダ かんさいミネストローネ	フルーツヨーグルト	319/539	ヨーグルト ぎゅうにゅう チーズ ぎょにくソーセージ	コロック シガービスケット こめ あぶら マカロニ じゃがいも さとう	きゅうり にんじん だいこん たまねぎ れんこん トマト グリーンピース パナナ もも りんご		
15	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	さかなのごまてりやき だいこんのあまに いもに ぎゅうにゅう	マーブルむしパン ぎゅうにゅう	230/504	カレー ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ポーロ こめ ごま さとう さといも こんにやく ミックスこ	しょうが だいこん えのきたけ ねぎ ごぼう にんじん		
16	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	ホイコーロー かふうすのもの ぎゅうにゅう	おじゃがもち ぎゅうにゅう	227/479	ぶたにく とりにく チーズ ぎゅうにゅう	ビスケット こめ ごまあぶら さとう かたくりこ じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん もやし えのきたえ きゅうり あおき コーン		
17	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	さかなのカレーあげ パンプキンスープ フルーツ	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	259/498	サバ ホキ かつおぶし きなこ スキムミルク ぎゅうにゅう	アスパラガスビスケット こめ かたくりこ あぶら パター こむぎこ マカロニ さとう	しょうが にんじん かぼちゃ キャベツ たまねぎ マッシュルーム みかん		
18	と	ウエハース ぎゅうにゅう	ぎゅうとじどん ツナマヨサラダ ゼリー	おかし ぎゅうにゅう	247/536	ぎゅうにゅう たまご ツナフレーク ぎゅうにゅう	ウエハース こめ あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ ゼリー せんべい ビスケット クッキー	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな キャベツ きゅうり		
19	にち									
20	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	かじょうどうふ ナッツあえ マミー	ボンディング ぎゅうにゅう	218/530	あつあげ ぶたにく むぎみそ ぎゅうにゅう	クラッカー こめ あぶら さとう ごまあぶらアーモンド マミー ミックスこ しらたまこ	たまねぎ キャベツ にんじん ビーマン こまつな えのきたけ		
21	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	さかなのあげに さつまいものあまに けんちんじる	レーズンむしパン ぎゅうにゅう	241/516	かれい スキムミルク もめんどうふ ぶたにく ぎゅうにゅう	シガービスケット こめ かたくりこ こむぎこ あぶら さとう さつまいも さといも ミックスこ	ねぎ だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ レーズン		
22	すい	(2月誕生会) ポーロ ぎゅうにゅう	キーマカレー パインとチーズのサラダ ハートのプリン	おにまんじゅう ぎゅうにゅう	295/531	ぶたにく だいず チーズ ヨーグルト ぎゅうにゅう	ポーロ こめ あぶら さとう さつまいも こむぎこ	たまねぎ にんじん ビーマン トマト グリンピース きゅうり パイナップル		
23	もく	天皇誕生日								
24	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	みそやきにく だいずとツナのサラダ ぎゅうにゅう	ちんすこう ぎゅうにゅう	258/567	ぶたにく こめみそ だいず ツナフレーク きなこ ぎゅうにゅう	アスパラガスビスケット こめ ごまあぶら さとう ごま こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり りんご コーン		
25	と	ウエハース ぎゅうにゅう	エビフライ とりとマカロニのクリームに フルーツサラダ	おかし ぎゅうにゅう	331/588	エビフライ とりにく ぎゅうにゅう	ウエハース こめ あぶら マカロニ バター こむぎこ さとう あられ コーンフレーク ビスケット	たまねぎ キャベツ にんじん コーン みかん パイナップル もも パナナ プロッコリー		
26	にち									
27	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	ナポリタン ナゲット チーズサラダ	おかし ぎゅうにゅう	320/576	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	クラッカー こめ スパゲティ あぶら マヨネーズ ビスケット あられ	たまねぎ にんじん プロッコリー マッシュルーム キャベツ きゅうり りんご		
28	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	さかなのごまみそやき プロッコリーソーテ さつまいる	ウィンナーボール ぎゅうにゅう	219/506	ホキ こめみそ とりにく もめんどうふ ソーセージ ぎゅうにゅう	シガービスケット こめ さとう ごま あぶら さつまいも ミックスこ	プロッコリー にんじん だいこん ねぎ ごぼう		

※ 上記以外の調味料で使用しているもの

…す うすくちしょうゆ・こいくちしょうゆ わふうだし しお・こしょう つゆめいじん ウスターソース ケチャップ カレーこ コンソメ とりがらスープもと ドライイースト

※ エネルギー表記は、以上児：昼食のみ、未満児：昼食+おやつ(午前中含む) です

※ 献立の内容は、やむを得ず変更する場合があります。ご了承ください。

