



# 2がつこんだてひょう

R6. 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 ち・にく・ほねになる		きいろ ねつ、ちからになる		みどり からだのちようしきをとのえる
1	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	ぶたにくはっぽうさい ごますあえ フルーツ	きなこロール ぎゅうにゅう	220/489	ぶたにく むしかまほこ きなこ ヨーグルト ぎゅうにゅう	あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう すりごま ミックスこ ビスケット こめ	キャベツ たまねぎ だけのこ にんじん ほししいたけ しょうが もやし いとかんてん きゅうり パナナ		
2	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	わふうパスタ わかめサラダ ぶくまめ	おにまんじゅう ぎゅうにゅう	231/477	ぎゅうひきにく ぶたひきにく ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう すりごま さつまいも こむぎこ アスパラガスビスケット こめ	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	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	ホークピース ツナサラダ ゼリー	おかし ぎゅうにゅう	270/529	だいまみずい ぶたにく シーチキン ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう かたくりこ ゼリー ウエハース ビスケット せんべい コーンフレーク こめ	たまねぎ にんじん トマト キャベツ グリーンピース きゅうり コーン		
4	にち									
5	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	とりにくのごまからあげ おかかあえ ぎゅうにゅう	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	263/513	とりももにく かつおぶし きなこ ぎゅうにゅう	かたくりこ こむぎこ すりごま あぶら さとう マカロニ クラッカー こめ	しょうが ほうれんそう えのきたけ		
6	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	しょうがやき ひじきのごまあえ フルーツ	ミルクくすもち	249/471	ぶたにく とりささみ スキムミルク きなこ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ シガービスケット こめ	にんじん たまねぎ しょうが ひじき コーン きゅうり パナナ		
7	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	さかなのうめふうみに さつまいものあまに ごほうサラダ マミー	おかし ぎゅうにゅう	269/545	ホキ とりささみ サラダチーズ ぎゅうにゅう	さとう さつまいも マミー ビスケット クッキー あられ ポーロ こめ	ねりうめ しょうが ごほう にんじん きりほしだいこん		
8	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	サターアランダキ ぎゅうにゅう	185/481	ぶたにく やきちくわ いりこ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ミックスこ こむぎこ ビスケット こめ	にんじん ビーマン たまねぎ だけのこ ほししいたけ ほうれんそう もやし		
9	きん	(半日保育) アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	とりのコーンマヨやき パンフキンスープ ミニトマト フルーツ	ヨーグルトケーキ ぎゅうにゅう	275/470	とりにく サラダチーズ スキムミルク ヨーグルト ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら さとう アスパラガスビスケット こめ	コーン かぼちゃ たまねぎ マッシュルーム ミニトマト みかん		
10	ど	保育発表会								
11	にち	建国記念日								
12	げつ	振替休日								
13	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	カレーふうみにくじゃが はるさめサラダ	おかし ぎゅうにゅう	244/489	ぶたにく やきちくわ ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら さとう はるさめ すりごま せんべい ビスケット こめ	たまねぎ にんじん ほししいたけ きゅうり		
14	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	コロケ マカロニサラダ コンソメスープ	フルーツヨーグルト	266/459	ぎょにくソーセージ ヨーグルト サラダチーズ ぎゅうにゅう	マカロニ あぶら さとう ポーロ こめ	きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ コーン パナナ もも りんご		
15	もく	(保育参観：はな組) 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	237/479	ぶたにく とりささみ サラダチーズ ぎゅうにゅう	ごまあぶら さとう かたくりこ じゃがいも ビスケット こめ	キャベツ たまねぎ にんじん もやし えのきたけ きゅうり あおさ コーン		
16	きん	(園開放) アスパラガスビスケット 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	226/504	ホキ ぎゅうにुक ぎゅうにゅう	すりごま さとう さといも こんにゃく ミックスこ アスパラガスビスケット こめ	しょうが だいこん えのきたけ ねぎ ごほう にんじん		
17	ど	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	247/519	ぎゅうにく たまご シーチキン ぎゅうにゅう	あぶら さとう かたくりこ ゼリー せんべい クッキー ウエハース こめ	ねぎ たまねぎ にんじん ごまつな キャベツ きゅうり		
18	にち									
19	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	かじょうどうふ ながいものばいにくあえ マミー	うめがえもち ぎゅうにゅう	238/503	あつあげ ぶたにく むきみそ とりささみ かつおぶし きぬどうふ スキムミルク ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごまあぶら ながいも マミー しらたまこ こしあん クラッカー こめ	たまねぎ キャベツ にんじん ビーマン きゅうり えのきたけ ねりうめ		
20	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	キーマカレー パイとチーズのサラダ	ちんすこう ぎゅうにゅう	243/511	ぶたひきにく だいまみずい サラダチーズ ヨーグルト きなこ ぎゅうにゅう	あぶら さとう こむぎこ シガービスケット こめ	たまねぎ にんじん ビーマン トマト グリーンピース きゅうり パイ		
21	すい	(2月誕生会) ポーロ ぎゅうにゅう	ナポリタン ナゲット ブロッコリーのごまあえ デザート	フルーツポンチ ぎゅうにゅう	353/524	ベーコン ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう すりごま ポーロ こめ	たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム コーン もも みかん パナナ		
22	もく	(毎長スケート①) ビスケット ぎゅうにゅう	みそやきにく だいまみずのツナサラダ	りんごむしパン ぎゅうにゅう	273/516	ぶたにく こめみそ だいまみずい シーチキン ヨーグルト きなこ ぎゅうにゅう	ごまあぶら さとう すりごま あぶら ミックスこ ビスケット こめ	たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり りんご コーン		
23	きん	天皇誕生日								
24	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	どんかつ コーンスープ ポパイサラダ フルーツ	おかし ぎゅうにゅう	207/485	ウィンナー スキムミルク ぎゅうにゅう	どんかつ コーンフレーク ビスケット ウエハース こめ	クリームコーン たまねぎ ブロッコリー ほうれんそう フナシメジ オレシジ		
25	にち									
26	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	おかし ぎゅうにゅう	242/497	あぶらあげ うすらたまご とりひきにく こめみそ ぎゅうにゅう	かんそううどん さとう ビスケット あられ クラッカー こめ	ほうれんそう ねぎ にんじん カットワカメ たまねぎ みかん		
27	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	さかなのこうみやき やさしいソテー さつまじる	ウィンナーボール ぎゅうにゅう	180/470	ホキ とりにく もめんどうふ こめみそ ウィンナー ぎゅうにゅう	あぶら さつまいも ミックスこ シガービスケット こめ	しょうが ブロッコリー にんじん だいこん ねぎ ごほう		
28	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	ぶたにくじゃが ごほうサラダ	スイートポテト ぎゅうにゅう	246/463	ぶたにく とりささみ サラダチーズ ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら さとう さつまいも バター ポーロ こめ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ごほう きりほしだいこん		
29	もく	(毎長スケート②) ビスケット ぎゅうにゅう	けんちんに ごまあえ フルーツ	コーン蒸しパン ぎゅうにゅう	240/484	もめんどうふ ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	さといも さとう すりごま ミックスこ ビスケット こめ	だいこん にんじん もやし ぶなしめじ りんご コーン		

※ 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 ソンメ 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。

