

はひふへほいくえん（としょかん通り園）  
おやつ献立・お知らせ 令和4年9月分



今月の献立表変更のお知らせ

◎午後おやつの変更は以下の通りです

9/1(木)

お月見蒸しパン

原材料 米粉・きび砂糖・ベーキングパウダー・かぼちゃ・豆乳・米油・あんこ・ココアパウダー

栄養価 118/2.9/2.6/21.3/0.1

9/6(火)

お誕生日おやつ フルーツポンチ

原材料 キウイフルーツ・みかん缶・バナナ・パイン缶・豆乳・寒天・きび砂糖

栄養価 69/1.2/0.5/16.1/0.0

9/21(水)

お楽しみおやつ かぼちゃスコーン

原材料 小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・米油・レーズン・豆乳・かぼちゃ・ほうれん草パウダー

栄養価 120/1.9/3.9/19.8/0.1

午前おやつ献立

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
おやつ種類	ビスケット	せんべい	クラッカー	ウエハース	ビスケット	せんべい

午後おやつ献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
第1週	カットフルーツ (バナナ&きなこ)	米粉蒸しパン (いちごジャム)	フルーツポンチ	おにぎり (ツナ&ひじき)	米粉あずきケーキ	ビスケット
栄養価	バナナ・きなこ kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 78/3.1/1.9/13.2/0.0	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・イチゴジャム kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 96/1.5/1.9/18.4/0.1	みかん缶・桃缶・豆乳・砂糖・寒天 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 57/0.9/0.4/12.8/0.0	ご飯・ひじき・ツナ・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 86/2.9/0.2/18.8/0.1	米粉・きなこ・砂糖・小豆缶・こめ油・ベーキングパウダー・豆乳 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 128/3.7/4.8/18.5/0.1	小麦粉・牛乳・砂糖・植物油・全粉乳・バター・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 52/0.83/1.5/8.8/0.1
	第2週	マカロニきなこ	手作りふりかけご飯の日	レーズンスコーン	梨&チーズ	米粉蒸しパン (ココア)
栄養価	マカロニ・砂糖・きなこ・ごま kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 64/3.1/2.0/9.4/0.0	かつお節、青のり、ごま、醤油、砂糖、ご飯 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 95/2.2/1.3/19.5/0.1	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・こめ油・レーズン・豆乳 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 101/1.6/3.4/16.2/0.1	梨・チーズ kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 66/3.6/4.0/5.8/0.4	米粉・ココア・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 93/1.6/2.1/17.3/0.1	小麦粉・牛乳・砂糖・植物油・全粉乳・バター・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 52/0.83/1.5/8.8/0.1
	第3週	カットフルーツ (バナナ&きなこ)	米粉蒸しパン (いちごジャム)	フルーツポンチ	おにぎり (ツナ&ひじき)	米粉あずきケーキ
栄養価	バナナ・きなこ kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 78/3.1/1.9/13.2/0.0	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・イチゴジャム kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 96/1.5/1.9/18.4/0.1	みかん缶・桃缶・豆乳・砂糖・寒天 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 57/0.9/0.4/12.8/0.0	ご飯・ひじき・ツナ・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 86/2.9/0.2/18.8/0.1	米粉・きなこ・砂糖・小豆缶・こめ油・ベーキングパウダー・豆乳 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 128/3.7/4.8/18.5/0.1	小麦粉・牛乳・砂糖・植物油・全粉乳・バター・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 52/0.83/1.5/8.8/0.1
	第4週	マカロニきなこ	手作りふりかけご飯の日	レーズンスコーン	梨&チーズ	米粉蒸しパン (ココア)
栄養価	マカロニ・砂糖・きなこ・ごま kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 64/3.1/2.0/9.4/0.0	かつお節、青のり、ごま、醤油、砂糖、ご飯 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 95/2.2/1.3/19.5/0.1	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・こめ油・レーズン・豆乳 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 101/1.6/3.4/16.2/0.1	梨・チーズ kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 66/3.6/4.0/5.8/0.4	米粉・ココア・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 93/1.6/2.1/17.3/0.1	小麦粉・牛乳・砂糖・植物油・全粉乳・バター・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 52/0.83/1.5/8.8/0.1
	第5週	カットフルーツ (バナナ&きなこ)	米粉蒸しパン (いちごジャム)	フルーツポンチ	おにぎり (ツナ&ひじき)	米粉あずきケーキ
栄養価	バナナ・きなこ kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 78/3.1/1.9/13.2/0.0	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・イチゴジャム kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 96/1.5/1.9/18.4/0.1	みかん缶・桃缶・豆乳・砂糖・寒天 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 57/0.9/0.4/12.8/0.0	ご飯・ひじき・ツナ・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 86/2.9/0.2/18.8/0.1	米粉・きなこ・砂糖・小豆缶・こめ油・ベーキングパウダー・豆乳 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 128/3.7/4.8/18.5/0.1	小麦粉・牛乳・砂糖・植物油・全粉乳・バター・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 52/0.83/1.5/8.8/0.1

午前おやつ・午後おやつ  
牛乳各90ml提供いたします

栄養価 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g  
55/3.0/3.4/4.3/0.1