

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5年9月分



今月の献立表変更のお知らせ

日付	曜日	献立	3色食品群			3色食品群以外の使用食材	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分		アレルギー (乳・卵・ 小麦・落花生・そば・ えび・かに)
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
9/21	木	スタミナ納豆ごはん チンゲン菜のしらす和え お味噌汁 梨	ご飯・砂糖・油	鶏肉・納豆・しらす・油揚げ・味噌	玉ねぎ・いんげん・しょうが・のり・チンゲン菜・人参・かぼちゃ・梨	醤油・みりん・酒・だし汁	304	kcal	
						15.1	g		
						8.0	g		
						41.2	g		
						0.8	g		

◎午後おやつの変更は以下の通りです

9/4 (月)
お月見おやつ きなこおはぎ
原材料 ご飯・きな粉・砂糖・チーズ
栄養価 120/3.5/2.2/21.0/0.1

9/21 (木)
お誕生日おやつ アンパンマン蒸しパン
原材料 米粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・小豆缶・ココアパウダー・トマトジュース
栄養価 80/1.8/0.6/16.3/0.1

おやつ献立表 ※子どもの咀嚼状態に合わせて変更する場合があります

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
第1週	午前	ギンビス たべっ子どうぶつビスケット	カルビー ベジたべる	森永製菓 小麦胚芽のクラッカー ビジョン ひじきせんべい	ブルボン 豆乳のウエハース 和光堂 ほうれん草と小松菜せんべい	ギンビス アスパラガスビスケット ビジョン ひじきせんべい	栗山米菓 アンパンマンソフトせんべい
	午後	米粉蒸しパン (にんじん)	おにぎり (わかめ&ごま)	スイートポテト	桃ケーキ	旬のフルーツ&チーズ	和光堂 どうぶつビスケット
		米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・にんじん kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 93/1.3/2.3/16.2/0.1	ご飯・わかめ・ごま・ごま油・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 95/1.5/1.2/18.9/0.1	さつまいも・レーズン・豆乳・砂糖・バター・みりん・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 104/1.0/1.9/21.8/0.1	桃缶・豆乳・ベーキングパウダー・砂糖・バター・薄力粉 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 85/1.2/2.8/14.1/0.1	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	
第2週	午前	不二家 アンパンマンひとくちビスケット	栗山製菓 アンパンマンソフトせんべい	森永製菓 小麦胚芽のクラッカー ビジョン ひじきせんべい	ブルボン 豆乳のウエハース 和光堂 ほうれん草と小松菜せんべい	和光堂 どうぶつビスケット	カルビー ベジたべる
	午後	ごまきなこのおはぎ風	米粉蒸しパン (レーズン&チーズ)	肉みそ丼	みかんヨーグルト	ココア小豆スコーン	不二家 アンパンマンひとくちビスケット
		ご飯・きなこ・ごま・砂糖 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 108/2.9/1.7/21.3/0.0	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・チーズ・レーズン kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 118/3.8/3.0/18.5/0.4	ご飯・鶏肉・玉ねぎ・味噌・醤油・砂糖・みりん・だし汁・片栗粉・青のり kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/5.3/2.6/23.0/0.3	ヨーグルト・みかん缶・砂糖 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 62/2.7/2.1/9.0/0.1	小麦粉・ココアパウダー・砂糖・ベーキングパウダー・バター・豆乳・小豆缶 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 113/2.0/3.0/18.9/0.2	
第3週	午前	ギンビス たべっ子どうぶつビスケット	カルビー ベジたべる	森永製菓 小麦胚芽のクラッカー ビジョン ひじきせんべい	ブルボン 豆乳のウエハース 和光堂 ほうれん草と小松菜せんべい	ギンビス アスパラガスビスケット ビジョン ひじきせんべい	栗山米菓 アンパンマンソフトせんべい
	午後	米粉蒸しパン (にんじん)	おにぎり (わかめ&ごま)	スイートポテト	桃ケーキ	旬のフルーツ&チーズ	和光堂 どうぶつビスケット
		米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・にんじん kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 93/1.3/2.3/16.2/0.1	ご飯・わかめ・ごま・ごま油・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 95/1.5/1.2/18.9/0.1	さつまいも・レーズン・豆乳・砂糖・バター・みりん・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 104/1.0/1.9/21.8/0.1	桃缶・豆乳・ベーキングパウダー・砂糖・バター・薄力粉 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 85/1.2/2.8/14.1/0.1	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	
第4週	午前	不二家 アンパンマンひとくちビスケット	栗山製菓 アンパンマンソフトせんべい	森永製菓 小麦胚芽のクラッカー ビジョン ひじきせんべい	ブルボン 豆乳のウエハース 和光堂 ほうれん草と小松菜せんべい	和光堂 どうぶつビスケット	カルビー ベジたべる
	午後	ごまきなこのおはぎ風	米粉蒸しパン (レーズン&チーズ)	肉みそ丼	みかんヨーグルト	ココア小豆スコーン	不二家 アンパンマンひとくちビスケット
		ご飯・きなこ・ごま・砂糖 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 108/2.9/1.7/21.3/0.0	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・チーズ・レーズン kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 118/3.8/3.0/18.5/0.4	ご飯・鶏肉・玉ねぎ・味噌・醤油・砂糖・みりん・だし汁・片栗粉・青のり kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/5.3/2.6/23.0/0.3	ヨーグルト・みかん缶・砂糖 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 62/2.7/2.1/9.0/0.1	小麦粉・ココアパウダー・砂糖・ベーキングパウダー・バター・豆乳・小豆缶 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 113/2.0/3.0/18.9/0.2	
第5週	午前	ギンビス たべっ子どうぶつビスケット	カルビー ベジたべる	森永製菓 小麦胚芽のクラッカー ビジョン ひじきせんべい	ブルボン 豆乳のウエハース 和光堂 ほうれん草と小松菜せんべい	ギンビス アスパラガスビスケット ビジョン ひじきせんべい	栗山米菓 アンパンマンソフトせんべい
	午後	米粉蒸しパン (にんじん)	おにぎり (わかめ&ごま)	スイートポテト	桃ケーキ	旬のフルーツ&チーズ	和光堂 どうぶつビスケット
		米粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳・油・にんじん kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 93/1.3/2.3/16.2/0.1	ご飯・わかめ・ごま・ごま油・食塩 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 95/1.5/1.2/18.9/0.1	さつまいも・レーズン・豆乳・砂糖・バター・みりん・醤油 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 104/1.0/1.9/21.8/0.1	桃缶・豆乳・ベーキングパウダー・砂糖・バター・薄力粉 kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 85/1.2/2.8/14.1/0.1	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	

午前おやつ50m 午後おやつ90m 牛乳を提供いたします	午前	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 34/1.7/1.9/2.4/0.1	午後	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 55/3.0/3.4/4.3/0.2
-------------------------------------	----	--	----	--