

# はひふへ保育園としょかん通り園おやつ献立表 令和7年1月



|                     | 月曜日                       | 火曜日                          | 水曜日                        | 木曜日                         | 金曜日                       | 土曜日   |                           |                           |                           |                           |                           |
|---------------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------|-----------------------------|---------------------------|-------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 日付                  |                           |                              | 1                          | 2                           | 3                         | 4     |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午前                  | /                         | /                            | /                          | /                           | /                         | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     |                           |                              |                            |                             |                           | 午後    | 市販おやつ                     |                           |                           |                           |                           |
| 午後                  | /                         | /                            | /                          | /                           | /                         | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     |                           |                              |                            |                             |                           |       | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |
|                     |                           |                              |                            |                             |                           |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 日付                  | 6                         | 7                            | 8                          | 9                           | 10                        | 11    |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午前                  | 和光堂<br>ミルクウエハース           | トップバリュ<br>おこめで作ったクッキー        | 和光堂<br>とうもろこしすなっく          | 和光堂<br>チーズスティック             | トップバリュ<br>プチクラッカー         | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午後                  | マカロニのみたらし風                | いちごジャムサンド                    | 米粉ココア蒸しパン                  | きな粉パンケーキ                    | 五平餅風おにぎり                  | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | マカロニ・砂糖・しょうゆ・片栗粉・水        | 食パン・いちごジャム                   | 米粉・ココア・ベーキングパウダー・砂糖・牛乳・油   | 牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油   | ごはん・すりごま・みそ・みりん・砂糖・しょうゆ   | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g    | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g  | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g   | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 58/2.0/0.3/12.4/0.2 | 65/1.7/0.8/13.4/0.2       | 95/1.5/2.3/17.5/0.2          | 105/4.1/3.2/16.0/0.2       | 103/1.9/1.3/21.4/0.3        |                           |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 日付                  | 13                        | 14                           | 15                         | 16                          | 17                        | 18    |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午前                  | /                         | ビジョン<br>栗かぼちゃと<br>さつまいものクッキー | 栗山製菓<br>アンパンマン<br>おやさいせんべい | ビジョン<br>にんじんとかぼちゃの<br>ビスケット | ナビスコ<br>リッツ               | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午後                  | /                         | きな粉サンド                       | わかめごはん                     | さつまいもようかん                   | 黄桃ヨーグルト                   | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | /                         | 食パン・きなこ・牛乳                   | ご飯・ワカメ・白いりごま・ごま油・食塩        | さつまいも・砂糖・粉寒天・水              | ヨーグルト・黄桃缶・砂糖              | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g    | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g  | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g   | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 74/3.8/2.4/10.4/0.2 | 89/1.5/1.2/18.9/0.2       | 96/0.6/0.1/24.5/0.0          | 68/2.7/2.1/10.6/0.1        |                             |                           |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 日付                  | 20                        | 21                           | 22                         | 23                          | 24                        | 25    |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午前                  | 和光堂<br>ミルクウエハース           | トップバリュ<br>おこめで作ったクッキー        | 和光堂<br>とうもろこしすなっく          | 和光堂<br>チーズスティック             | トップバリュ<br>プチクラッカー         | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午後                  | マカロニのみたらし風                | いちごジャムサンド                    | 米粉ココア蒸しパン                  | きな粉パンケーキ                    | 五平餅風おにぎり                  | 市販おやつ |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | マカロニ・砂糖・しょうゆ・片栗粉・水        | 食パン・いちごジャム                   | 米粉・ココア・ベーキングパウダー・砂糖・牛乳・油   | 牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油   | ごはん・すりごま・みそ・みりん・砂糖・しょうゆ   | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g    | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g  | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g   | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 58/2.0/0.3/12.4/0.2 | 65/1.7/0.8/13.4/0.2       | 95/1.5/2.3/17.5/0.2          | 105/4.1/3.2/16.0/0.2       | 103/1.9/1.3/21.4/0.3        |                           |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 日付                  | 27                        | 28                           | 29                         | 30                          | 31                        |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午前                  | ハマダコンフェクト<br>骨にCaウエハース    | ビジョン<br>栗かぼちゃと<br>さつまいものクッキー | 栗山製菓<br>アンパンマン<br>おやさいせんべい | ビジョン<br>にんじんとかぼちゃの<br>ビスケット | ナビスコ<br>リッツ               | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
| 午後                  | しらすひじきおにぎり                | きな粉サンド                       | わかめごはん                     | さつまいもようかん                   | 黄桃ヨーグルト                   | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | ご飯・しらす・乾燥ひじき・白いりごま・ごま油・塩  | 食パン・きなこ・牛乳                   | ご飯・ワカメ・白いりごま・ごま油・食塩        | さつまいも・砂糖・粉寒天・水              | ヨーグルト・黄桃缶・砂糖              | /     |                           |                           |                           |                           |                           |
|                     | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g    | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g  | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g   | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |       |                           |                           |                           |                           |                           |
| 85/2.2/0.5/18.7/0.2 | 74/3.8/2.4/10.4/0.2       | 89/1.5/1.2/18.9/0.2          | 96/0.6/0.1/24.5/0.0        | 68/2.7/2.1/10.6/0.1         |                           |       |                           |                           |                           |                           |                           |

午前おやつ50m l ・午後おやつ90m l 牛乳を提供いたします

|    |                           |    |                           |
|----|---------------------------|----|---------------------------|
| 午前 | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g | 午後 | kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g |
|    | 34/1.7/1.9/2.4/0.1        |    | 55/3.0/3.4/4.3/0.2        |

※こどもの咀嚼状態に合わせて変更する場合があります