## 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						年 前 市販おやつ	
午						年後 市販おやつ	
後	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/旅貨g/痰水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/監質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/監質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/監質g/淡水化物g/塩分g		
日付	6	7	8	9	10	11	
午前	和光堂 ミルクウェハース	トップパリュ おこめでつくったクッキー	和光堂 とうもろこしすなっく	和光堂 チーズスティック	トップパリュ プチクラッカー	年 <sub>前</sub> 市販おやつ	
午	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	午後 市販おやつ	
後	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g/脂質g/炭水化物g/塩分g 58/2.0/0.3/12.4/0.2	kcal/タンパクg/脂質g/痰水化物g/塩分g 65/1.7/0.8/13.4/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 95/1.5/2.3/17.5/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 105/4.1/3.2/16.0/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 103/1.9/1.3/21.4/0.3		
日	13	14	15	16	17	18	
午前		ピジョン 栗かぽちゃと さつまいものクッキー	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ピジョン にんじんとかぼちゃの ピスケット	ナビスコ リッツ	午前 市販おやつ	
午		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	午後 市販おやつ	
後		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g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 74/3.8/2.4/10.4/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 89/1.5/1.2/18.9/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 96/0.6/0.1/24.5/0.0	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 68/2.7/2.1/10.6/0.1		
日	20	21	22	23	24	25	
午前	和光堂 ミルクウェハース	トップバリュ おこめでつくったクッキー	和光堂 とうもろこしすなっく	和光堂 チーズスティック	トップバリュ プチクラッカー	午前 市販おやつ	
午	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	午後 市販おやつ	
後	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g/脂質g/炭水化物g/塩分g 58/2.0/0.3/12.4/0.2	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 65/1.7/0.8/13.4/0.2	kcal/タンパクョ/脳質ョ/炭水化物ョ/塩分ョ 95/1.5/2.3/17.5/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/炭水化物g/塩分g 105/4.1/3.2/16.0/0.2	kcal/タンパクg/胎質g/炭水化物g/塩分g 103/1.9/1.3/21.4/0.3		
日	27	28	29	30	31		
午前	ハマダコンフェクト 骨にCaウエハース	ピジョン 栗かぽちゃと さつまいものクッキー	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ピジョン にんじんとかぼちゃの ピスケット	ナビスコ リッツ	午前	
午	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	午後	
後	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/タンパクョ/脂質ョ/炭水化物ョ/塩分ョ 85/2.2/0.5/18.7/0.2	kcal/タンパクg/脂質g/族水化物g/塩分g 74/3.8/2.4/10.4/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/淡水化物g/塩分g 89/1.5/1.2/18.9/0.2	kcal/タンパクg/脳質g/族水化物g/塩分g 96/0.6/0.1/24.5/0.0	kcal/タンパクg/協質g/族水化物g/塩分g 68/2.7/2.1/10.6/0.1		

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