

# はひふへ保育園ながくて園おやつ献立表 令和6年10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	5				
午前	/	不二家 アンパンマンひとくち ビスケット	ナビスコ リッツ	和光堂 ミルクウエハース	カルビー ペジだべる	市販おやつ				
		きな粉サンド	肉みそ丼	スイートポテト	みかんヨーグルト					
午後	/	食パン・きなこ・牛乳	ご飯・鶏肉・玉ねぎ・味噌・ 醤油・砂糖・みりん・ だし汁・片栗粉	さつまいも・牛乳・砂糖・バ ター・みりん・しょうゆ	ヨーグルト・みかん缶・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					
		74/3.8/2.4/10.4/0.2	129/5.2/2.7/21.9/0.4	96/0.9/2.1/19.5/0.1	68/2.7/2.1/10.6/0.1					
日付	7	8	9	10	11	12				
午前	和光堂 どうぶつビスケット	トップバリュ プチクラッカー	タケダ 麦ふあー	栗山製菓 アンパンマンソフトせんべい	和光堂 トマト&チーズビスケット	市販おやつ				
							マカロニきなこ	いちごジャムサンド	米粉ココア蒸しパン	ふりかけご飯
午後	マカロニ・きなこ・砂糖	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	穀物ふりかけ・ご飯	ご飯・納豆・だし・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
							62/3.0/1.4/10.0/0.0	65/1.7/0.8/13.4/0.2	95/1.5/2.3/17.5/0.2	125/2.2/0.9/27.8/0.6
日付	14	15	16	17	18	19				
午前	/	不二家 アンパンマンひとくち ビスケット	ナビスコ リッツ	和光堂 ミルクウエハース	カルビー ペジだべる	市販おやつ				
		きな粉サンド	肉みそ丼	スイートポテト	みかんヨーグルト					
午後	/	食パン・きなこ・牛乳	ご飯・鶏肉・玉ねぎ・味噌・ 醤油・砂糖・みりん・ だし汁・片栗粉	さつまいも・牛乳・砂糖・バ ター・みりん・しょうゆ	ヨーグルト・みかん缶・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					
		74/3.8/2.4/10.4/0.2	129/5.2/2.7/21.9/0.4	96/0.9/2.1/19.5/0.1	68/2.7/2.1/10.6/0.1					
日付	21	22	23	24	25	26				
午前	和光堂 どうぶつビスケット	トップバリュ プチクラッカー	タケダ 麦ふあー	栗山製菓 アンパンマンソフトせんべい	和光堂 トマト&チーズビスケット	市販おやつ				
							マカロニきなこ	いちごジャムサンド	米粉ココア蒸しパン	ふりかけご飯
午後	マカロニ・きなこ・砂糖	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	穀物ふりかけ・ご飯	ご飯・納豆・だし・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
							62/3.0/1.4/10.0/0.0	65/1.7/0.8/13.4/0.2	95/1.5/2.3/17.5/0.2	125/2.2/0.9/27.8/0.6
日付	28	29	30	31						
午前	トップバリュ フィンガービスケット	不二家 アンパンマンひとくち ビスケット	ナビスコ リッツ	和光堂 ミルクウエハース	/	/				
							鉄分強化！ 大豆ふりかけおにぎり	きな粉サンド	肉みそ丼	おばけ スイートポテト
午後	大豆ふりかけ・ご飯	食パン・きなこ・牛乳	ご飯・鶏肉・玉ねぎ・味噌・ 醤油・砂糖・みりん・ だし汁・片栗粉	さつまいも・牛乳・砂糖・バ ター・みりん・しょうゆ・コ コアパウダー	/	/				
							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
							98/1.8/0.4/22.6/0.0	74/3.8/2.4/10.4/0.2	129/5.2/2.7/21.9/0.4	96/0.9/2.1/19.5/0.1

午前おやつ50m 1・午後おやつ90m 1 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 34/1.7/1.9/2.4/0.1	午後	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 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