

# はひふへ保育園ながくて園おやつ献立表 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						午前	市販おやつ
						午後	市販おやつ
	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	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	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		
日付	6	7	8	9	10	11	
午前	ビジョン ひじきせんべい	ギンビス たべっこどうぶつ	森永 マンナウエハース	不二家 アンパンマンのくちビスケット	和光堂 トマト&チーズビスケット	午前	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	午後
	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・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	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	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		
	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						午前	市販おやつ
						午後	市販おやつ
		不二家 アンパンマン幼児用ビスケット	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ビジョン にんじんとかぼちゃの ビスケット	ナビスコ リッツ		
		きな粉サンド	みかんヨーグルト	さつまいもようかん	わかめごはん		
		食パン・きなこ・牛乳	ヨーグルト・みかん缶・砂糖	さつまいも・砂糖・粉寒天・水	ご飯・ワカメ・ごま油・食塩		
	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	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	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		
	68/2.7/2.1/10.6/0.1	74/3.8/2.4/10.4/0.2	68/2.7/2.1/10.6/0.1	96/0.6/0.1/24.5/0.0	89/1.5/1.2/18.9/0.2		
日付	20	21	22	23	24	25	
午前	和光堂 ミルクウエハース	ギンビス たべっこどうぶつ	森永 マンナウエハース	不二家 アンパンマンのくちビスケット	和光堂 トマト&チーズビスケット	午前	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	午後
	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・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	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	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		
	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	トップバリュー フィンガービスケット	不二家 アンパンマン幼児用ビスケット	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ビジョン にんじんとかぼちゃの ビスケット	ナビスコ リッツ	午前	
	午後	しらすひじきおにぎり	きな粉サンド	みかんヨーグルト	さつまいもようかん	わかめごはん	午後
	ご飯・しらす・乾燥ひじき・ごま油・塩	食パン・きなこ・牛乳	ヨーグルト・みかん缶・砂糖	さつまいも・砂糖・粉寒天・水	ご飯・ワカメ・ごま油・食塩		
	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	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	kcal/タンパク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	68/2.7/2.1/10.6/0.1	96/0.6/0.1/24.5/0.0	68/2.7/2.1/10.6/0.1		

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
-------------------------------------	----	--	----	--

※こどもの咀嚼状態に合わせて変更する場合があります