

# はひふへ保育園ながくて園おやつ献立表 令和7年5月



|    | 月曜日                                             | 火曜日                                              | 水曜日                                             | 木曜日                                              | 金曜日                                              | 土曜日   |
|----|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------|
| 日付 |                                                 |                                                  |                                                 | 1                                                | 2                                                | 3     |
| 午前 |                                                 |                                                  |                                                 | ナビスコ<br>リッツ                                      | 和光堂<br>ミルクウエハース                                  |       |
| 午後 |                                                 |                                                  |                                                 | マカロニきな粉                                          | バナナきなこ                                           |       |
|    |                                                 |                                                  |                                                 | マカロニ・きなこ・砂糖                                      | バナナ・きなこ                                          |       |
|    |                                                 |                                                  |                                                 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>83/4.1/2.0/13.3/0.0  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>87/3.2/1.9/15.5/0.0  |       |
| 日付 | 5                                               | 6                                                | 7                                               | 8                                                | 9                                                | 10    |
| 午前 |                                                 |                                                  | ギンビス<br>たべっ子動物ビスケット                             | 森永製菓<br>マンナ ウエファア                                | トップバリュ<br>プチクラッカー                                | 市販おやつ |
| 午後 |                                                 |                                                  | スイートポテト                                         | きな粉パンケーキ                                         | ふりかけごはん                                          | 市販おやつ |
|    |                                                 |                                                  | さつまいも・牛乳・砂糖・バター・みりん・しょうゆ                        | 牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油                        | ごはん・大豆ふりかけ                                       |       |
|    |                                                 |                                                  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>96/0.9/2.1/19.5/0.1 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>105/4.1/3.2/16.0/0.2 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>103/1.9/1.3/21.4/0.3 |       |
| 日付 | 12                                              | 13                                               | 14                                              | 15                                               | 16                                               | 17    |
| 午前 | トップバリュ<br>おこめつくったクッキー                           | カルビー<br>ペジタべる                                    | 不二家<br>アンパンマン<br>ひとくちビスケット                      | ナビスコ<br>リッツ                                      | 和光堂<br>ミルクウエハース                                  | 市販おやつ |
| 午後 | しらすひじきおにぎり                                      | ふりかけごはん                                          | みかんヨーグルト                                        | バナナきなこ                                           | わかめごはん                                           | 市販おやつ |
|    | ごはん・しらす・乾燥ひじき・ごま油・塩                             | ごはん・穀物ふりかけ                                       | ヨーグルト・みかん缶・砂糖                                   | バナナ・きなこ                                          | ごはん・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<br>85/2.2/0.5/18.7/0.2 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>103/1.9/1.3/21.4/0.3 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>62/2.7/2.1/9.0/0.1  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>87/3.2/1.9/15.5/0.0  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>105/1.8/1.2/22.6/0.1 |       |
| 日付 | 19                                              | 20                                               | 21                                              | 22                                               | 23                                               | 24    |
| 午前 | タケダ<br>麦ふあー                                     | アンパンマン<br>幼児用ビスケット                               | ギンビス<br>たべっ子動物ビスケット                             | 森永製菓<br>マンナ ウエファア                                | トップバリュ<br>プチクラッカー                                | 市販おやつ |
| 午後 | マカロニきな粉                                         | いちごジャムサンド                                        | ココアケーキ                                          | きな粉パンケーキ                                         | ふりかけごはん                                          | 市販おやつ |
|    | マカロニ・きなこ・砂糖                                     | 食パン・いちごジャム                                       | 小麦粉・ココア・ベーキングパウダー・牛乳                            | 牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油                        | ごはん・大豆ふりかけ                                       |       |
|    | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>83/4.1/2.0/13.3/0.0 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>65/1.7/0.8/13.4/0.2  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>92/1.9/2.2/16.2/0.1 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>105/4.1/3.2/16.0/0.2 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>103/1.9/1.3/21.4/0.3 |       |
| 日付 | 26                                              | 27                                               | 28                                              | 29                                               | 30                                               | 31    |
| 午前 | トップバリュ<br>おこめつくったクッキー                           | カルビー<br>ペジタべる                                    | 不二家<br>アンパンマン<br>ひとくちビスケット                      | ナビスコ<br>リッツ                                      | 和光堂<br>ミルクウエハース                                  | 市販おやつ |
| 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                                        | バナナきなこ                                           | わかめごはん                                           | 市販おやつ |
|    | ごはん・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                                   | バナナ・きなこ                                          | ごはん・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<br>85/2.2/0.5/18.7/0.2 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>74/3.8/2.4/10.4/0.2  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>62/2.7/2.1/9.0/0.1  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>87/3.2/1.9/15.5/0.0  | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>105/1.8/1.2/22.6/0.1 |       |

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                                             | 午後                                             |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>34/1.7/1.9/2.4/0.1 | kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>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