

# はひふへ保育園ながくて園おやつ献立表 令和7年11月



|    | 月曜日                                  | 火曜日                       | 水曜日                       | 木曜日                       | 金曜日                        | 土曜日   |
|----|--------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|-------|
| 日付 |                                      |                           |                           |                           |                            | 1     |
| 午前 |                                      |                           |                           |                           |                            | 市販おやつ |
| 午後 |                                      |                           |                           |                           |                            | 市販おやつ |
| 日付 | 3                                    | 4                         | 5                         | 6                         | 7                          | 8     |
| 午前 |                                      | 和光堂<br>にんじん&かぼちゃ<br>ビスケット | 和光堂<br>ミルクウエハース           | トップバリュ<br>プチクラッカー         | 和光堂<br>小魚すなっく              | 市販おやつ |
| 午後 |                                      | りんごジャムサンド                 | ツナひじきおにぎり                 | バナナきなこ                    | 大学芋                        | 市販おやつ |
|    |                                      | 食パン・りんごジャム                | ご飯・ひじき・ツナ・醤油              | バナナ・きなこ                   | さつまいも・砂糖・醤油・<br>みりん・ごま     |       |
|    |                                      | 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  |       |
|    |                                      | 66/1.7/0.8/13.8/0.2       | 86/2.9/0.2/18.8/0.1       | 87/3.2/1.9/15.5/0.0       | 85/0.8/0.9/19.5/0.1        |       |
| 日付 | 10                                   | 11                        | 12                        | 13                        | 14                         | 15    |
| 午前 | 栗山製菓<br>アンパンマン<br>お野菜せんべい            | ギンビス<br>食べっ子動物ビスケット       | ナビスコ<br>リッツ               | 森永製菓<br>マンナウエファア          | トップバリュ<br>おこめでつくったクッキー     | 市販おやつ |
| 午後 | 七五三クッキー                              | バナナココアサンド                 | わかめおにぎり                   | みかんヨーグルト                  | スイートポテト                    | 市販おやつ |
|    | 薄力粉・砂糖・バター・<br>ココア・牛乳・きな粉            | 食パン・バナナ・ココア・砂<br>糖・牛乳     | ご飯・ワカメ・白いりごま・<br>ごま油・食塩   | ヨーグルト・みかん缶・砂糖             | さつまいも・牛乳・砂糖・<br>バター・みりん・ごま |       |
|    | 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  |       |
|    | 168/2.6/9.3/19.8/0                   | 72/2.3/1.4/13.6/0.2       | 105/1.8/1.2/22.6/0.2      | 62/2.7/2.1/9.0/0.1        | 96/0.9/2.1/19.5/0.1        |       |
| 日付 | 17                                   | 18                        | 19                        | 20                        | 21                         | 22    |
| 午前 | カルビー<br>ベジタべる                        | 和光堂<br>にんじん&かぼちゃ<br>ビスケット | 和光堂<br>ミルクウエハース           | トップバリュ<br>プチクラッカー         | 和光堂<br>小魚すなっく              | 市販おやつ |
| 午後 | チーズスコーン                              | バナナココアサンド                 | ツナひじきおにぎり                 | バナナきなこ                    | 大学芋                        | 市販おやつ |
|    | 薄力粉・砂糖・<br>ベーキングパウダー・油・<br>牛乳・ペビーチーズ | 食パン・バナナ・ココア・砂<br>糖・牛乳     | ご飯・ひじき・ツナ・醤油              | バナナ・きなこ                   | さつまいも・砂糖・醤油・<br>みりん・ごま     |       |
|    | 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  |       |
|    | 121/3.0/5.2/15.9/0.3                 | 72/2.3/1.4/13.6/0.2       | 86/2.9/0.2/18.8/0.1       | 87/3.2/1.9/15.5/0.0       | 85/0.8/0.9/19.5/0.1        |       |
| 日付 | 24                                   | 25                        | 26                        | 27                        | 28                         | 29    |
| 午前 |                                      | ギンビス<br>食べっ子動物ビスケット       | ナビスコ<br>リッツ               | 森永製菓<br>マンナウエファア          | トップバリュ<br>おこめでつくったクッキー     | 市販おやつ |
| 午後 |                                      | りんごジャムサンド                 | わかめおにぎり                   | みかんヨーグルト                  | スイートポテト                    | 市販おやつ |
|    |                                      | 食パン・りんごジャム                | ご飯・ワカメ・白いりごま・<br>ごま油・食塩   | ヨーグルト・みかん缶・砂糖             | さつまいも・牛乳・砂糖・<br>バター・みりん・ごま |       |
|    |                                      | 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  |       |
|    |                                      | 66/1.7/0.8/13.8/0.2       | 105/1.8/1.2/22.6/0.2      | 62/2.7/2.1/9.0/0.1        | 96/0.9/2.1/19.5/0.1        |       |

|                                     |    |                                                 |    |                                                 |
|-------------------------------------|----|-------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------|
| 午前おやつ50m l・午後おやつ90m l<br>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<br>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<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