

はひふへ保育園ながくておやつ献立表 令和8年11月



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付						
午前						
午後						
日付	2	3	4	5	6	7
午前	カルビー ベジたべる		和光堂 チーズスティック	トップバリュ プチクラッカー	三幸製菓 ぱりんこ	午前 市販おやつ
午後	チーズスコーン		桃ケーキ	鶏肉の混ぜ込みごはん	みかんヨーグルト	午後 市販おやつ
	薄力粉・砂糖・ ベーキングパウダー・油・ 牛乳・ペビーチーズ 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		黄桃缶・小麦粉・牛乳・ ベーキングパウダー・ 砂糖・バター kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 75/1.1/2.9/11.4/0.1	鶏もも・玉ねぎ・人参・あおさ 粉・ごはん・油・みりん・ 塩・醤油 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 102/2.3/1.5/15.2/0.3	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 62/2.7/2.1/9.0/0.1	
日付	9	10	11	12	13	14
午前	栗山製菓 アンパンマン お野菜せんべい	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	不二家 アンパンマン 幼児用ビスケット	森永製菓 マリービスケット	午前 市販おやつ
午後	ライスるんの コーンチーズおやき	ツナひじきおにぎり	りんごとクラッカー	しらすそぼろ チャーハン	七五三クッキー	午後 市販おやつ
	ライスるん・片栗粉・ チーズ・コーン kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 89/2.4/1.3/17.3/0.3	ご飯・ひじき・ツナ・醤油・花 かつお kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 86/2.9/0.2/18.8/0.1	りんご・クラッカー kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 69/0.9/2.3/0.8/0.2	ごはん・豚ひき肉・しらす・ あおさ粉・みりん・醤油・ ごま油・塩 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 105/1.8/1.2/22.6/0.2	薄力粉・ココア・きなこ・油・ 砂糖・牛乳・バター kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 105/1.8/1.4/13.1/0.1	
日付	16	17	18	19	20	21
午前	カルビー ベジたべる	和光堂 にんじん&かぼちゃ ビスケット	和光堂 チーズスティック	トップバリュ プチクラッカー	三幸製菓 ぱりんこ	午前 市販おやつ
午後	チーズスコーン	納豆ごはん	みかんヨーグルト	鶏肉の混ぜ込みごはん	桃ケーキ	午後 市販おやつ
	薄力粉・砂糖・ ベーキングパウダー・油・ 牛乳・ペビーチーズ 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	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 113/3.2/1.2/23.5/0.1	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 62/2.7/2.1/9.0/0.1	鶏もも・玉ねぎ・人参・あおさ 粉・ごはん・油・みりん・ 塩・醤油 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 102/2.3/1.5/15.2/0.3	黄桃缶・小麦粉・牛乳・ ベーキングパウダー・ 砂糖・バター kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 75/1.1/2.9/11.4/0.1	
日付	23	24	25	26	27	28
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	不二家 アンパンマン 幼児用ビスケット	森永製菓 マリービスケット	市販おやつ
午後		ツナひじきおにぎり	りんごとクラッカー	しらすそぼろ チャーハン	のり塩ポテト	市販おやつ
		ご飯・ひじき・ツナ・醤油・花 かつお kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 86/2.9/0.2/18.8/0.1	りんご・クラッカー kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 69/0.9/2.3/0.8/0.2	ごはん・豚ひき肉・しらす・ あおさ粉・みりん・醤油・ ごま油・塩 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 105/1.8/1.2/22.6/0.2	じゃがいも・塩・あおさ粉・油 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 85/1.9/1.3/18.1/0.1	
日付	30					
午前	カルビー ベジたべる					
午後	チーズスコーン					
	薄力粉・砂糖・ ベーキングパウダー・油・ 牛乳・ペビーチーズ 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					

午前おやつ50ml・午後おやつ90ml
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