

令和1年度

6月 こんだてひょう

といやまこども園

日付	曜日	乳児主食 幼児主食	10時の おやつ	副食	3時の おやつ	乳児kcal 幼児kcal	蛋白質 g	脂質 g
1	土	ミートソーススパゲティ	ミニゼリー	ミートソーススパゲティ サラダ バナナ 牛乳	アスパラギンビス 野菜ジュース	470 482	16.1 18.8	14.2 15.6
2	日	豚丼	ビスコ 麦茶	豚丼 サラダ バナナ 牛乳	あみじゃが 麦茶	446 501	11.5 15.6	13.5 14.1
3	月	ごはん	クラッカー 麦茶	八宝菜 もやしと胡瓜のナムル 味噌汁	いちご蒸しパン 牛乳	482 521	17.6 19.4	11.2 12.1
4	火	ごはん	バナナ	松風焼き 南瓜の煮物 スープ 牛乳	きなこクッキー 麦茶	416 459	12.4 15.2	10.4 11.7
5	水	冷麦	せんべい 麦茶	かき揚げ 浅漬け つけ汁 オレンジ	じゃこむすび 麦茶	430 462	16.8 19.4	10.5 11.9
6	木	ごはん	玄米おこし 麦茶	鮭のパン粉焼 ブロッコリーサラダ 味噌汁 バナナ	カルピスゼリー チーズ	489 510	15 20.4	12.3 13.5
7	金	ごはん	ブリッツ 麦茶	豚肉のケチャップ焼 切干大根煮 味噌汁 牛乳	じゃが芋のソース炒め 野菜ジュース	440 489	16.4 19.7	11.4 12.6
8	土	ソース焼きそば	えびせん 麦茶	ソース焼きそば サラダ バナナ 牛乳	ハッピーターン 野菜ジュース	431 468	12.8 15.4	13.7 14.1
9	日	チキンライス	ミニゼリー	チキンライス サラダ バナナ 牛乳	クラッカー 麦茶	461 498	11.6 13.7	14.5 15.4
10	月	ごはん	芋けんぴ 麦茶	豚肉とキャベツの味噌炒め ビーンズサラダ スープ	南瓜のスコーン 牛乳	432 462	14.3 16.4	10.8 12.4
11	火	ごはん	バナナ	親子煮 かみかみ和え 味噌汁 牛乳	ナポリタン 麦茶	415 458	18.7 21.6	11.9 13.4
12	水	ごはん	きらず揚げ 麦茶	鱈の竜田揚げ 葱ソース(未満児は鮭) 野菜炒め 味噌汁 オレンジ	麦の家クッキー 牛乳	467 507	13.4 16.2	12.4 13.1
13	木	ごはん	野菜バー 麦茶	カジキマグロの生姜焼き ねばねば和え ワンドンスープ バナナ	あじさいヨーグルト せんべい	473 492	12.7 14.3	13.4 14.8
14	金	ごはん	チーズ 麦茶	タンダリーチキン ひじき煮 味噌汁 粉ふき芋	ツナマヨコーンピザ 野菜ジュース	487 512	16.4 19	10.4 11.9
15	土	トマトスパゲティ	ウエハース 麦茶	トマトスパゲティ サラダ バナナ 牛乳	クッキー 野菜ジュース	491 523	18.5 20.4	14.1 15.2
16	日	そばろ丼	クッキー 麦茶	そばろ丼 サラダ バナナ 牛乳	きらず揚げ 麦茶	426 471	14.5 17.1	13.2 14.8
17	月	ごはん	ポテコ 麦茶	カレイのムニエル 中華風サラダ 味噌汁 牛乳	フライドポテト 麦茶	466 491	16.2 18.4	10.6 11.9
18	火	ごはん	歌舞伎揚げ 麦茶	厚揚げのオイスターソース炒め おひたし わかめスープ オレンジ	クリームクッキーズ 牛乳	419 466	17.6 19.4	12.1 13.4
19	水	ごはん 麦ごはん	ビーノ 麦茶	ポークカレー キャベツとちくわの味噌マヨサラダ バナナ 福神漬け 麦茶	人参カップケーキ 牛乳	468 492	11.5 13.9	11 12.7
20	木	ごはん	ぶどうゼリー	鮭の塩焼き(未満児は鮭) きんぴらごぼう 味噌汁 トマト	のりジャコトースト 麦茶	482 519	14.6 16.7	14.1 15.4
21	金	ごはん	ビスケット 麦茶	鶏肉の酢醤油煮 じゃが芋とコーンの炒め物 味噌汁	胡瓜スティック ジョア	473 507	15.2 17.7	10.8 11.6
22	土	肉味噌うどん	ポテロング 麦茶	肉味噌うどん サラダ バナナ 牛乳	せんべい 野菜ジュース	446 483	14.3 18.4	11.3 12.4
23	日	ナポリタン	ぶどうゼリー	ナポリタン サラダ バナナ 牛乳	ブリッツ 麦茶	459 500	17.8 20.4	12.1 13.7
24	月	ごはん	かりんとう 麦茶	鶏照り丼 いんげんの胡麻和え たくあん 味噌汁 ミニゼリー	ココアクッキー 牛乳	429 481	15.4 17.3	11.5 12.4
25	火	エビピラフ	ハッピーターン 麦茶	ミートオムレツ わかめサラダ スープ 牛乳	バナナケーキ 麦茶	493 524	19.1 22.1	10.6 11.9
26	水	ごはん	あみじゃが 麦茶	鮭のコーンフレーク焼 もやし炒め 味噌汁 バナナ	とうもろこし 牛乳	471 495	10.9 15.4	10.4 11
27	木	ごはん	ミレービスケット 麦茶	麻婆茄子 キャベツのレモン和え スープ 牛乳	チーズポテトパイ 麦茶	468 497	14.8 16.9	11.5 12.4
28	金	食パン	バナナ	チキンカツ 干切りキャベツ スパゲティサラダ トマトスープ	豆乳プリン クラッカー	416 431	12.4 18.1	12.7 13.3
29	土	チャーハン	おととつと 麦茶	チャーハン サラダ バナナ 牛乳	えびせん 野菜ジュース	492 515	19.1 21	11.8 12.4
30	日	ハヤシライス	うの花クッキー 麦茶	ハヤシライス サラダ バナナ 牛乳	ビスコ 麦茶	443 486	16.3 19.6	15.1 16

備考