

令和 05 年 11 がつ の こんだて ひょう

かがの保育園・ohana保育園

	月	火	水	木	金	土
午前 主食			1 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん	2 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	3	4 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん(ゆかり)
お 昼			にくどうふ やさいのごまあえ ごぼうのみそしる ふる一つ *3歳以上児米飯持参	にざかな ごもくきんぴら 生揚げときゃべつのみそしる ふる一つ *3歳以上児米飯持参	【文化の日】	こうやどうふのふくめに まかろにさらだ こなつなのすましじる ふる一つ *3歳以上児米飯持参
午後 延長			かぼちゃのおーふんさんど ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	すいーとほてと ぎゅうにゅう みにふらんすさんど、おちゃ		ましゅまろふれーく ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ
以上児			エネルギー: 473Kcal 蛋白質: 23.9g 脂質: 22.8g 塩分: 2.1g	エネルギー: 416Kcal 蛋白質: 20.6g 脂質: 16.8g 塩分: 1.5g		エネルギー: 421Kcal 蛋白質: 19.1g 脂質: 21.g 塩分: 2.g
未満児			エネルギー: 541Kcal 蛋白質: 22.g 脂質: 20.4g 塩分: 1.7g	エネルギー: 491Kcal 蛋白質: 19.4g 脂質: 14.9g 塩分: 1.2g		エネルギー: 488Kcal 蛋白質: 18.2g 脂質: 18.8g 塩分: 1.6g
午前 主食	6 くらっかー、ぎゅうにゅう ごはん	7 ごませんべい、ぎゅうにゅう ごはん(まーぼーどん)	8 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	9 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん	10 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	11 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん(ひじきふりかけ)
お 昼	ちゃーしゃんどうふ ごもくまめ かぶのすーふ ふる一つ *3歳以上児米飯持参	びーふんいため 卵とちんげんさいのすーふ ふる一つ *3歳以上児米飯持参	まかろにぐらたん すきこんぶとつなのにも ぶろっこりーといものすーふ ふる一つ *3歳以上児米飯持参	さけのねぎみそやき 小松菜となまあげのにびたし さつまじる ふる一つ *3歳以上児米飯持参	えいようなっとう やさいかきあげ とんじる ふる一つ *3歳以上児米飯持参	ほっけのしおやき かれーきんぴらごぼう じゃがいものみそしる ふる一つ *3歳以上児米飯持参
午後 延長	なぼりたん ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	あおのりほてと、さぶれ ぎゅうにゅう うめおにぎり、おちゃ	にんじんくっきー ぎゅうにゅう しょくぱんさんど、おちゃ	とうふどーなつ ぎゅうにゅう おかかおにぎり、おちゃ	ごへいもち ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	こくとうきなこむしばん ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ
以上児	エネルギー: 426Kcal 蛋白質: 22.1g 脂質: 19.6g 塩分: 2.g	エネルギー: 478Kcal 蛋白質: 21.8g 脂質: 24.3g 塩分: 2.4g	エネルギー: 482Kcal 蛋白質: 19.8g 脂質: 23.3g 塩分: 1.4g	エネルギー: 485Kcal 蛋白質: 24.8g 脂質: 19.9g 塩分: 2.2g	エネルギー: 532Kcal 蛋白質: 21.6g 脂質: 20.9g 塩分: 1.6g	エネルギー: 436Kcal 蛋白質: 22.4g 脂質: 18.6g 塩分: 1.9g
未満児	エネルギー: 505Kcal 蛋白質: 20.7g 脂質: 17.9g 塩分: 1.8g	エネルギー: 548Kcal 蛋白質: 20.1g 脂質: 22.1g 塩分: 2.2g	エネルギー: 540Kcal 蛋白質: 18.9g 脂質: 19.9g 塩分: 1.3g	エネルギー: 552Kcal 蛋白質: 22.9g 脂質: 18.3g 塩分: 1.7g	エネルギー: 584Kcal 蛋白質: 20.3g 脂質: 18.3g 塩分: 1.4g	エネルギー: 505Kcal 蛋白質: 21.g 脂質: 16.7g 塩分: 1.5g
午前 主食	13 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	14 くらっかー、ぎゅうにゅう ごはん(はやしらいす)	15 ごませんべい、ぎゅうにゅう ごはん			
お 昼	さばのかれーふうみあげ すびなちさらだ とうふとなめこのみそしる ふる一つ *3歳以上児米飯持参	きゃべつとはるさめのさらだ もやしすーふ ふる一つ *3歳以上児米飯持参	いりどうふ 金時豆とさつまいものあまに ふとほうれんそうのみそしる ふる一つ *3歳以上児米飯持参			
午後 延長	じゃじゃめん ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	りんごじゃむさんど ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	ふる一つよーぐると かるてつべびーどーなつ みにふらんすさんど、おちゃ			
以上児	エネルギー: 419Kcal 蛋白質: 23.8g 脂質: 22.6g 塩分: 2.g	エネルギー: 508Kcal 蛋白質: 20.7g 脂質: 20.2g 塩分: 2.7g	エネルギー: 457Kcal 蛋白質: 17.4g 脂質: 12.9g 塩分: 1.3g			
未満児	エネルギー: 494Kcal 蛋白質: 22.2g 脂質: 19.8g 塩分: 1.7g	エネルギー: 568Kcal 蛋白質: 19.6g 脂質: 18.3g 塩分: 2.2g	エネルギー: 538Kcal 蛋白質: 18.4g 脂質: 14.3g 塩分: 1.3g			

お知らせ 献立に記載してあります栄養価は、昼食とおやつ分を合わせた数値となっています。
また、都合により献立を変更する場合があります。
☆印は、新メニューです。午前のおやつは未満児のみとなります。