



以上児(たんぼほ組 ひまわり組 ふじ組)

いわさきこども園

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前	令和6年度 目標 10月 エネルギー 403kcal 404kcal たんぱく質 15.9g 18.9g 脂質 16.9g 17.6g 塩分 1.6g 1.7g 	幼児牛乳	りんごジュース	幼児牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食		シチュー ほっけのみりん焼き カレーもやし ヤクルト	わかめとうどん入りスープ ハムチーズサンド おかか和え バナナ	もやしの味噌汁 肉だんご 胡麻和え げんきヨーグルト	えのきの味噌汁 ヒレカツ 磯和え みかん缶	挽肉カレー 野菜サラダ デザート
午後		和梨 ミレービスケット	牛乳 肉まん	幼児牛乳 クッキー	牛乳 スティックパン	幼児牛乳 せんべい
	7	8	9	10	11	12
午前	牛乳	牛乳	牛乳	ぶどうジュース	幼児牛乳	幼児牛乳
昼食	舞茸の味噌汁 さんま煮魚 きんぴらごぼう コンポート	大根の味噌汁 チキンオレンジ煮 変わり和え ホワイトミニー	ふりかけ 洋風具汁 厚焼卵 春雨サラダ バナナ	かぶの味噌汁 牛肉しぐれ煮 パイン缶	根菜汁 高野豆腐入り親子煮 ヤクルト	コーンスープ 鶏肉の照り焼き トマト ブロッコリー デザート
午後	牛乳 ふかし芋	牛乳 人参のガレット	牛乳 ココナツサブレ	りんご ほしたべよ	牛乳 黒糖ミルクせんべい	幼児牛乳 せんべい
	14	15	16	17	18	19
午前		牛乳	牛乳	牛乳	スポロン *ごはんのいらない日*	幼児牛乳
昼食		南瓜のポターージュ 鮭の焼魚 白菜の風味和え グレープフルーツ	チキンカレー 中華サラダ ヨーグルト	梅干 すまし汁 おとうふしゅうまい スイートポテトサラダ りんご	スパゲティミートソース コンソメスープ 野菜サラダ すりおろしりんごゼリー	じゃが芋の味噌汁 オムレツ 彩りおひたし デザート
午後		牛乳 ミニたい焼き	幼児牛乳 ばかうけせんべい	牛乳 チーズ 白いふうせん	牛乳 ケーキ	幼児牛乳 せんべい
	21	22	23	24	25	26
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳
昼食	豚汁 鯖のカレー焼き 甘酢和え ジョア	うどん入りスープ 味付海苔 そぼろ肉じゃが バナナ	キャベツの味噌汁 鶏肉の唐揚げ コールスローサラダ ぶどうゼリー	クッパ風スープ 焼肉 ナムル風 オレンジ	芋の子汁 あんぱんまんりんごジュース おにぎりテ- (ご協力おねがいします)	ごはん 白菜の味噌汁 肉野菜炒め デザート
午後	牛乳 たべっこどうぶつ	宝石ゼリー	牛乳 ビスケット	牛乳 フライドポテト	ヨーグルト ミニサラダせんべい	幼児牛乳 せんべい
	28	29	30	31		
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
昼食	なめこの味噌汁 彩りつくね 小松菜とコーンと和え ヤクルトLT	シーチキンふりかけ えのきの味噌汁 酢豚 青りんごゼリー	たっぷり野菜のミルクスープ ホッケの焼魚 南瓜サラダ バナナ	ハッシュドポーク サラスパサラダ りんご		
午後	牛乳 サブレ	牛乳 プチアメリカンドック	マシュマロヨーグルト 揚一番	お茶 押し餅黒蜜かけ		

|
|