

2022年



こんだてひょう

館第一すぎのこ保育園

日	曜	1・2歳午前おやつ	昼食	3時おやつ	栄養価(幼児)	
					エネルギー 脂質	タンパク質
1	金	飲むヨーグルト	豚丼 ゆかり和え みそ汁	麦茶 フルーツポンチ せんべい	568 Kcal 16.9 g	23.6 g
2	土	牛乳 ざらめせんべい	野菜ラーメン さつま芋のバター煮 リンゴ	牛乳 ウインナードック	593 Kcal 18.4 g	24.4 g
4	月	牛乳 木の葉せんべい	ご飯 チキンカレー 大根サラダ	麦茶 オレンジゼリー クラッカー	640 Kcal 19.2 g	22.3 g
5	火	牛乳 胚芽クッキー	米粉ロールパン コーン入りミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 梅かつおおにぎり 浅漬けきゅうり	620 Kcal 20.4 g	24.4 g
6	水	牛乳 ざらめせんべい	栄養たっぷりそぼろ丼 スティック野菜 たぬき汁	牛乳 もちモチドーナツ	562 Kcal 17.6 g	21.6 g
7	木	オレンジジュース ステックチーズ	ご飯 鮭の照り焼き ごまみそ和え 大根と豆腐のそぼろ汁	牛乳 揚げパン(ココア)	556 Kcal 17.3 g	28.3 g
8	金	牛乳 クラッカー	ご飯 肉じゃが もやしの香り和え みそ汁	牛乳 ボンデケージョ	537 Kcal 18 g	24.0 g
9	土	牛乳 ざらめせんべい	ナポリタンスパゲッティ チンゲン菜とコーンのスープ リンゴ	牛乳 ブルーベリーサンド	524 Kcal 13.4 g	21.5 g
11	月	牛乳 木の葉せんべい	ご飯 豆腐の旨煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	556 Kcal 14.8 g	24.6 g
12	火	牛乳 胚芽クッキー	きつねうどん かぼちゃの甘煮 トマト	麦茶 チーズおにぎり 浅漬けきゅうり	604 Kcal 16 g	24.3 g
13	水	牛乳 ざらめせんべい	ご飯 和風ハンバーグ チンゲン菜としめじのサラダ 小松菜スープ	牛乳 野菜入りマフィン	582 Kcal 20 g	22.2 g
14	木	オレンジジュース ステックチーズ	米粉ロールパン 鶏肉のバーベキューソース しゃきしゃき野菜サラダ コーンスープ	牛乳 肉みそおにぎり 浅漬けきゅうり	527 Kcal 20.6 g	19.0 g
15	金	牛乳 クラッカー	豚丼 ゆかり和え みそ汁	麦茶 フルーツポンチ せんべい	568 Kcal 16.9 g	23.6 g
16	土	牛乳 ざらめせんべい	野菜ラーメン さつま芋のバター煮 リンゴ	牛乳 ウインナードック	593 Kcal 18.4 g	24.4 g
18	月	牛乳 木の葉せんべい	ご飯 チキンカレー 大根サラダ	麦茶 オレンジゼリー クラッカー	640 Kcal 19.2 g	22.3 g
19	火	牛乳 胚芽クッキー	米粉ロールパン コーン入りミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 梅おかつおにぎり 浅漬けきゅうり	620 Kcal 20.4 g	24.4 g
20	水	牛乳 ざらめせんべい	【お誕生日会】たけのこご飯 鶏肉のみぞれ焼き ほうれんそうとツナの和え物 すまし汁 いちご	牛乳 オレンジジュース	544 Kcal 23 g	22.3 g
21	木	オレンジジュース ステックチーズ	ご飯 鮭の照り焼き ごまみそ和え 大根と豆腐のそぼろ汁	牛乳 揚げパン(ココア)	556 Kcal 17.3 g	18.1 g
22	金	牛乳 クラッカー	ご飯 肉じゃが もやしの香り和え みそ汁	牛乳 ボンデケージョ	537 Kcal 18 g	24.0 g
23	土	牛乳 ざらめせんべい	ナポリタンスパゲッティ チンゲン菜とコーンのスープ リンゴ	牛乳 ブルーベリーサンド	524 Kcal 13.4 g	21.5 g
25	月	牛乳 木の葉せんべい	ご飯 豆腐の旨煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	556 Kcal 14.8 g	24.6 g
26	火	牛乳 胚芽クッキー	きつねうどん かぼちゃの甘煮 トマト	麦茶 チーズおにぎり 浅漬けきゅうり	604 Kcal 16 g	24.3 g
27	水	牛乳 ざらめせんべい	ご飯 和風ハンバーグ チンゲン菜としめじのサラダ 小松菜スープ	牛乳 野菜入りマフィン	582 Kcal 21 g	22.2 g
28	木	オレンジジュース ステックチーズ	米粉ロールパン 鶏肉のバーベキューソース しゃきしゃき野菜サラダ コーンスープ	牛乳 肉みそおにぎり 浅漬けきゅうり	527 Kcal 20.6 g	18.1 g
30	土	牛乳 ざらめせんべい	野菜ラーメン さつま芋のバター煮 リンゴ	牛乳 ウインナードック	593 Kcal 18.4 g	24.4 g

保育園の給食について

献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。

0歳児は月齢に応じて離乳食になります。

2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。

食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。

煮干し・昆布・かつお節などでだしをとっています。

冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。

カレーやシチューのルーも手作りで。

子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。



2022 年 4月 献立表(12か月頃～) 館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	3時おやつ
1	金	牛乳 クラッカー	豚丼(軟飯) ゆかり和え みそ汁	牛乳 おかかおにぎり 野菜のスープ
2	土	牛乳 ベビースティック	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご	牛乳 米粉コッペパン チンゲン菜のスープ
4	月	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 肉じゃが 大根サラダ みそ汁	牛乳 鶏雑炊 ポテトスープ
5	火	牛乳 胚芽クッキー	米粉ロールパン ミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 豆腐おかか粥 みそ汁
6	水	牛乳 ベビースティック	そぼろ丼(軟飯) スティック野菜 みそ汁	牛乳 おじや すまし汁
7	木	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 鮭の塩焼き 胡麻和え 大根と豆腐のすまし汁	牛乳 米粉コッペパン 野菜のスープ
8	金	牛乳 クラッカー	軟飯 じゃがいもの煮物 もやしの香りและ みそ汁	牛乳 鶏粥 小松菜のスープ
9	土	牛乳 ベビースティック	鶏うどん チンゲン菜煮 りんご	牛乳 米粉コッペパン 鶏肉と野菜のスープ
11	月	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 豆腐の旨煮 ほうれん草と鮭の和え物 みそ汁	牛乳 さつま芋粥 青菜のスープ
12	火	牛乳 胚芽クッキー	鶏うどん かぼちゃの甘煮	牛乳 トマトリゾット パンプキンスープ
13	水	牛乳 ベビースティック	軟飯 ハンバーグ チンゲン菜サラダ 小松菜スープ	牛乳 青菜うどん りんご
14	木	牛乳 かぼちゃポーロ	米粉ロールパン鶏肉の照り焼き しゃきしゃき野菜サラダ オニオンスープ	牛乳 鶏粥 みそ汁
15	金	牛乳 クラッカー	豚丼(軟飯) ゆかり和え みそ汁	牛乳 おかか粥 野菜のスープ パナナ
16	土	牛乳 ベビースティック	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご	牛乳 米粉コッペパン チンゲン菜のスープ
18	月	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 肉じゃが 大根サラダ みそ汁	牛乳 鶏雑炊 ポテトスープ
19	火	牛乳 胚芽クッキー	米粉ロールパン ミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 豆腐おかか粥 みそ汁
20	水	牛乳 ベビースティック	【お誕生日会】 人参粥 筑前煮 青菜の和え物 すまし汁	牛乳 鮭粥 みそ汁
21	木	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 鮭の塩焼き 胡麻和え 大根と豆腐のすまし汁	牛乳 米粉コッペパン 野菜のスープ
22	金	牛乳 クラッカー	軟飯 じゃがいもの煮物 もやしの香りและ みそ汁	牛乳 豆腐粥 小松菜スープ
23	土	牛乳 ベビースティック	鶏うどん チンゲン菜煮 りんご	牛乳 米粉コッペパン 鶏肉と野菜のスープ
25	月	牛乳 かぼちゃポーロ	軟飯 豆腐の旨煮 ほうれん草と鮭の和え物 みそ汁	牛乳 さつま芋粥 青菜のスープ
26	火	牛乳 胚芽クッキー	鶏うどん かぼちゃの甘煮	牛乳 トマトリゾット パンプキンスープ
27	水	牛乳 ベビースティック	軟飯 ハンバーグ チンゲン菜サラダ 小松菜スープ	牛乳 青菜うどん りんご
28	木	牛乳 かぼちゃポーロ	米粉ロールパン 鶏肉の照り焼き しゃきしゃき野菜サラダ オニオンスープ	牛乳 鶏粥 みそ汁
30	土	牛乳 ベビースティック	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご	牛乳 米粉コッペパン チンゲン菜のスープ

保育園の給食について

献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。

0歳児は月齢に応じて離乳食になります。

2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。

食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。

煮干し・昆布・かつお節などでだしをとっています。

冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。

カレーやシチューのルーも手作りです。

子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など) 子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。



2022年



献立表(9～11か月頃)

館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	金	全粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 みぞれ大根 みそ汁 ミルク	ミルク おかか粥 野菜スープ
2	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し テンゲン菜のスープ
4	月	全粥 野菜の煮物 大根サラダ みそ汁 ミルク	ミルク 鶏雑炊 ポテトスープ
5	火	米粉パン豆乳浸し ハンバーグぐずし煮 フレンチサラダ 人参スープ ミルク	ミルク 豆腐おかか粥 みそ汁
6	水	そばろ粥 ポイル野菜 みそ汁 ミルク	ミルク 豆腐粥 すまし汁
7	木	全粥 白身魚おろし人参煮 野菜の柔らか煮 大根と豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し 野菜スープ
8	金	全粥 じゃがいもの煮物 青菜と人参の煮びたし みそ汁 ミルク	ミルク 鶏粥 小松菜のスープ
9	土	鶏うどん テンゲン菜煮 りんご ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し 鶏肉と野菜のスープ
11	月	全粥 豆腐と野菜あんかけ ほうれん草と鮎の醤油煮 みそ汁 ミルク	ミルク さつま芋粥 青菜のスープ
12	火	鶏うどん かぼちゃの甘煮 ミルク	ミルク トマトリゾット パンプキンスープ
13	水	全粥 ハンバーグぐずし煮 テンゲン菜和え 小松菜のスープ ミルク	ミルク 青菜うどん りんご
14	木	米粉パン豆乳浸し 鶏肉と野菜の煮物 しゃきしゃき野菜サラダ オニオンスープ ミルク	ミルク 鶏粥 みそ汁
15	金	全粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 みぞれ大根 みそ汁 ミルク	ミルク おかか粥 野菜スープ パナナ
16	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し テンゲン菜のスープ
18	月	全粥 野菜の煮物 大根サラダ みそ汁 ミルク	ミルク 鶏雑炊 ポテトスープ
19	火	米粉パン豆乳浸し ハンバーグぐずし煮 フレンチサラダ 人参スープ ミルク	ミルク 豆腐おかか粥 みそ汁
20	水	【お誕生日会】 人参粥 筑前煮 青菜の和え物 すまし汁 ミルク	ミルク 鮎粥 みそ汁
21	木	全粥 白身魚のおろし人参煮 野菜の柔らか煮 大根と豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し 野菜のスープ
22	金	全粥 じゃがいもの煮物 青菜と人参の煮びたし みそ汁 ミルク	ミルク 豆腐粥 小松菜のスープ
23	土	鶏うどん テンゲン菜煮 りんご ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し 鶏肉と野菜のスープ
25	月	全粥 豆腐と野菜あんかけ ほうれん草と鮎の醤油煮 みそ汁 ミルク	ミルク さつま芋粥 青菜のスープ
26	火	鶏うどん かぼちゃの甘煮 ミルク	ミルク トマトリゾット パンプキンスープ
27	水	全粥 ハンバーグ柔らか煮 テンゲン菜和え 小松菜のスープ ミルク	ミルク 青菜うどん りんご
28	木	米粉パン豆乳浸し 鶏肉と野菜の煮物 しゃきしゃき野菜サラダ オニオンスープ ミルク	ミルク 鶏粥 みそ汁
30	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご ミルク	ミルク 米粉パン豆乳浸し テンゲン菜スープ

保育園の給食について

献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。

0歳児は月齢に応じて離乳食になります。

2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。

食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。

煮干し・昆布・かつお節などでだしをとっています。

冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。

カレーやシチューのルーも手作りでです。

子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。



2022年



献立表(7~8か月頃)

館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	金	全粥 鶏肉と玉葱の煮物 みぞれ大根 みそ汁 ミルク	ミルク おかか粥 野菜のスープ
2	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご ミルク	ミルク パン粥 チンゲン菜のスープ
4	月	全粥 野菜の煮物 もみじおろし煮 みそ汁 ミルク	ミルク 鶏雑炊 ポテトスープ
5	火	パンがゆ 野菜のそぼろ煮 野菜のお浸し 人参スープ ミルク	ミルク 豆腐おかか粥 みそ汁
6	水	そぼろ粥 大根の柔らか煮 みそ汁 ミルク	ミルク 豆腐粥 すまし汁
7	木	全粥 白身魚のおろし人参煮 野菜煮 大根と豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク パン粥 野菜スープ
8	金	全粥 ジャガイモの煮物 青菜と人参のお浸し みそ汁 ミルク	ミルク 鶏粥 小松菜スープ
9	土	鶏うどん チンゲン菜煮 りんご ミルク	ミルク パン粥 鶏肉と野菜のスープ
11	月	全粥 豆腐の煮物 ほうれん草と麩の醤油煮 みそ汁 ミルク	ミルク さつま芋粥 青菜のスープ
12	火	鶏うどん かぼちゃの甘煮 ミルク	ミルク トマトリゾット パンプキンスープ
13	水	全粥 豆腐と野菜の柔らか煮 チンゲン菜お浸し 小松菜スープ ミルク	ミルク 青菜うどん りんご
14	木	パンがゆ 鶏肉と野菜煮 お浸し オニオンスープ ミルク	ミルク 鶏粥 みそ汁
15	金	全粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 みぞれ大根 みそ汁 ミルク	ミルク おかか粥 野菜スープ
16	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 りんご ミルク	ミルク パン粥 チンゲン菜スープ
18	月	全粥 野菜の煮物 もみじおろし煮 みそ汁 ミルク	ミルク 鶏雑炊 ポテトスープ
19	火	パン粥 野菜のそぼろ煮 野菜のお浸し 人参スープ ミルク	ミルク 豆腐のおかか粥 みそ汁
20	水	【お誕生日会】 人参粥 大根煮 ほうれん草のお浸し すまし汁 ミルク	ミルク 麩粥 みそ汁
21	木	全粥 白身魚のおろし人参煮 野菜煮 大根と豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク パン粥 野菜のスープ
22	金	全粥 じゃがいもの煮物 青菜と人参の煮びたし みそ汁 ミルク	ミルク 豆腐粥 小松菜スープ
23	土	鶏うどん チンゲン菜煮 りんご ミルク	ミルク パン粥 鶏肉と野菜のスープ
25	月	全粥 豆腐煮物 ほうれん草と麩の醤油煮 みそ汁 ミルク	ミルク さつま芋粥 青菜のスープ
26	火	鶏うどん かぼちゃの甘煮 ミルク	ミルク トマトリゾット パンプキンスープ
27	水	全粥 豆腐と野菜の柔らか煮 チンゲン菜のお浸し 小松菜スープ ミルク	ミルク 青菜うどん りんご
28	木	パン粥 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ ミルク	ミルク 鶏粥 みそ汁
30	土	野菜うどん さつま芋の甘煮 ミルク	ミルク パン粥 チンゲン菜スープ

保育園の給食について

献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。

0歳児は月齢に応じて離乳食になります。

2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。

食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。

煮干し・昆布・かつお節などでだしをとっています。

冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。

カレーやシチューのルーも手作りで。

子どもたちは1回の食事では食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。

