

令和6年度9月

延長おやつ

マリア保育園

日・曜	主食	昼食	おやつ	延長おやつ	延長おやつ栄養価		
					上:以上児、下:未満児 Kcal	蛋白質 g	脂質 g
2月27日 金	ごはん	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 梨	牛乳 ← 2日 クッキー 10日 ジュース	119 109	3.9 3.8	6.6 6
3月13日 金	ごはん	パプリカと鶏肉の南蛮漬 えのきだけのスープ	固形ヨーグルト クラッカー 3日 固形ヨーグルトが アイスクリームとオレンジ	牛乳 ドーナツ	142 127	4.7 4.5	6.1 5.7
5月19日 木	パン	ひじきハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 せんべい 5日 せんべい・チーズ	牛乳 ウエハース	112 103	4.1 3.9	5.2 4.9
4月20日 金	ごはん	白身魚のいそべ揚げ きゅうりとにんじんのごま酢あえ 青梗菜とかまぼこのすまし汁	牛乳 おかき チーズ 4日 キャロットゼリー	牛乳 サブレ	114 104	3.9 3.8	5.5 5.1
9月25日 水	ごはん	凍豆腐の卵とじ なすと玉ねぎのみそ汁	牛乳 ビスケット(9日) *黒糖もち(25日)	牛乳 クラッカー	116 106	4.2 4	6.1 5.6
14日 土	パン	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 かりんとう	牛乳 ビスケット	110 102	4.1 3.9	4.8 4.6
24日 火	ごはん	レバーポール トマト 胡瓜もみ わかめスープ	牛乳 あられ おやついりこ	牛乳 カップケーキ	156 138	4.5 4.2	8.9 7.9
10月30日 火	ごはん	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	牛乳 丸ポーロ	100 93	3.9 3.8	4.2 4.1
11月26日 木	ごはん	厚揚げの中華風煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 *黒糖もち(11日) ビスケット(26日)	牛乳 かりんとう	111 102	4.1 3.9	5 4.7
18日 水	ごはん	ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 丸ポーロ	牛乳 クッキー	119 109	3.9 3.8	6.6 6
7月21日 土		肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	牛乳 あられ	105 97	4.1 3.9	3.9 3.9
17日 火		月見うどん バナナ	牛乳 丸ポーロ(未満児) 豆腐入り白玉団子(以上児)	牛乳 おかき	105 97	4 3.8	3.9 3.9
12月 木	ごはん	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参の春雨スープ	牛乳 *ジャムサンド	牛乳 カステラ	131 118	4.5 4.3	4.7 4.5
誕生 6日 金		バターコーン炊き込みごはん 鮭のから揚げ トマトときゅうりのサラダ わかめのすまし汁・オレンジ	ゼリー	牛乳 せんべい	105 97	4 3.8	3.9 3.9