

令和6年度12月

延長おやつ

マリア保育園

日・曜	未満児 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		
					エネルギー Kcal	蛋白質 g	脂質 g
10 火	18 水	ごはん 豚肉と野菜のしょうが風味焼き 大根のみそ汁	牛乳 あられ	牛乳 カステラ	131	4.5	4.7
					118	4.3	4.5
13 金		パン レバーポール ポイルキャベツ(ショウ) えのきとわかめのスープ	牛乳 サブレ	牛乳 カップケーキ	156	4.5	8.9
					138	4.2	7.9
4 水	16 月	ごはん 厚揚げと小松菜の和風炒め 春雨のすまし汁	牛乳 *ふかしいも	牛乳 クッキー	119	3.9	6.6
					109	3.8	6
9 月	19 木	ごはん ポークカレー 野菜サラダ	牛乳 クラッカー	牛乳 おかき	105	4	3.9
					97	3.8	3.9
6 金	25 水	ごはん 煮魚 かぼちゃ含め煮 青梗菜のみそ汁	牛乳 *豆腐ドーナツ	牛乳 丸ボーロ	100	3.9	4.2
					93	3.8	4.1
	21 土	親子うどん バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 あられ	105	4.1	3.9
					97	3.9	3.9
5 木	20 金	パン だいこんシチュー コーンとかにかまのサラダ	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	105	4	3.9
					97	3.8	3.9
2 月	11 水	ごはん 鶏肉のみそ焼き風 ポイルキャベツ 麩のすまし汁	牛乳 *ホーレン草のカップケーキ	牛乳 サブレ	114	3.9	5.5
					104	3.8	5.1
26 木		パン コロケ ブロッコリー わかめスープ	ゼリー	牛乳 ドーナツ	142	4.7	6.1
					127	4.5	5.7
12 木	23 月	ごはん すきやき風煮 えのきと玉ねぎのすまし汁	飲むヨーグルト(鉄強化) おかき	牛乳 クラッカー	116	4.2	6.1
					106	4	5.6
3 火	27 金	ごはん 肉団子スープ ツナサラダ	牛乳 せんべい	牛乳 かりんとう	111	4.1	5
					102	3.9	4.7
14 土	28 土	チャンポン みかん	牛乳 丸ボーロ	牛乳 ビスケット	110	4.1	4.8
					102	3.9	4.6
17 火		ごはん れんこんの揚げ団子 ブロッコリーの胡麻マヨ和 オニオンスープ	牛乳 おかき おやついりこ	牛乳 ウエハース	112	4.1	5.2
					103	3.9	4.9
誕生 24 火		チキンライス・鶏のから揚げ グリーンサラダ・コンスープ みかん	牛乳 カステラ	牛乳 ウエハース	112	4.1	5.2
					103	3.9	4.9