



9がつのこんだてひょう

令和4年度



	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
こんだて	重点目標…食事のマナーを知る ~友だちと気持ちよく食事をするために 必要な食事のマナーを考えてみましょう~ 			・ごはん ・ちんじゃおろおす ・かふうあえ ・わんたんわかめすうぶ	・ごはん ・さわらのてりやき ・ぶたしゃぶさらだ ・みそしる 	・ぶたどん ・きゅうりとたまごの しんぶるさらだ ・みそしる
あさのおやつ	◎製生児リクエストメニュー			・ぎゅうにゅう ・ひとくちあげせん	・ぎゅうにゅう ・やさいかりんとう	☆しはんのおやつ☆
ひるのおやつ	◎製生児リクエストメニュー			・ぎゅうにゅう ・ちゅうかおこわ	・ぎゅうにゅう ・りんござりい&りつつ	☆しはんのおやつ☆
エネルギー	◎製生児リクエストメニュー			未489kcal 以578kcal	未490kcal 以575kcal	未253kcal 以336kcal
こんだて	・ごはん ・とりときのこのいために ・ひじきまめ ・みそしる	・ごはん ・さけのしおやき ・あおなのしらあえ ・ぶたじる	・つなさんど ・ぼおくびいんず ・すうぶ ・ぼなな 	・ごはん ・あつあげとじゃがいもの そぼろに ・あかこんにやくに ・すましじる	・ごはん ・しろみざかなのおろしに ・きんぴらさらだ ・すましじる	・ごはん ・とりにくのちいずやき ・きやべつのべえこん どれっしんぐあえ ・かぼちゃのみるくすうぶ
あさのおやつ	・ぎゅうにゅう ・こんがりさくさく	・ぎゅうにゅう ・ごまびすけつと	・ぎゅうにゅう ・さつまいものきなこふうみ	・ぎゅうにゅう ・ええすこいん	・ぎゅうにゅう ・くらつかあ	☆しはんのおやつ☆
ひるのおやつ	・ぎゅうにゅう ・にんじんごはん	・ぎゅうにゅう ・ぶらじるふうこおんけえき	・ぎゅうにゅう ・あおなごはん	・ぎゅうにゅう ・やきそば	・ぎゅうにゅう ・ぶれえんくつきい	14時で閉園の為なし
エネルギー	未492kcal 以576kcal	未496kcal 以593kcal	未492kcal 以599kcal	未499kcal 以579kcal	未499kcal 以595kcal	未268kcal 以358kcal
こんだて	りくえすとめにゅう ・ごはん ・ぎゅうにくといとこんのしくれに ・ぶろっこりいの わふうまよあえ ・みそしる	・ごはん ・さわらのみそやき ・やさいいため ・のっぺいじる	・ごはん ・とりのあまからに ・うめさらだ ・みそしる 	・ごはん ・はんばあく ・はるさめのまよあえ ・まかろにすうぶ	・ごはん ・あじのごまだれやき ・かぼちゃのとりそぼろに ・うちまめじる	・ごはん ・ぶたにくとびいまんの みそいため ・ほうれんそうともやしの ごまあえ ・すましじる
あさのおやつ	・ぎゅうにゅう ・ぎんしゃりせんべい	・ぎゅうにゅう ・はあどびすけつと	・ぎゅうにゅう ・とかちすていっくばたあ	・ぎゅうにゅう ・しがあびすけつと	・ぎゅうにゅう ・ぱりんこ	☆しはんのおやつ☆
ひるのおやつ	・ぎゅうにゅう ◎ほつとけえき	・ぎゅうにゅう ・ごましおごはん	・ぎゅうにゅう ・ぼんでけえじよ	・ぎゅうにゅう ・はにいむしばん	・ぎゅうにゅう ・たけのこおこわ	☆しはんのおやつ☆
エネルギー	未493kcal 以589kcal	未489kcal 以581kcal	未493kcal 以580kcal	未495kcal 以598kcal	未493kcal 以596kcal	未260kcal 以347kcal
こんだて	けいろうのひ 	・ごはん ・ししゃものすがたやき ・ちくぜんに ・ぼちじる 	・ごはん ・とりのしょうがやき ・れんこんさらだ ・みそしる	りくえすとめにゅう ◎ちいずかれえ ・みずなとまっしゆるうむの さらだ ・すうぶ	しゅうぶんのひ 	・ごはん ・こうやどふのそぼろに ・はくさいのにびたし ・みそしる
あさのおやつ	・ぎゅうにゅう ・こんがりさくさく	・ぎゅうにゅう ・ごまびすけつと	・ぎゅうにゅう ・ぼたぼたやき	・ぎゅうにゅう ・まんげつぼん	☆しはんのおやつ☆	
ひるのおやつ	・ぎゅうにゅう ・なつとうちやあはん	・ぎゅうにゅう ・ごましおごはん	・ぎゅうにゅう ・ほうじちやくつきい	・ぎゅうにゅう ・さけごはん	☆しはんのおやつ☆	
エネルギー	未508kcal 以595kcal	未497kcal 以579kcal	未497kcal 以601kcal	未497kcal 以601kcal	未241kcal 以320kcal	
こんだて	・ごはん ・ぶたじゃが ・だいこんとつなのさらだ ・みそしる 	・ごはん ・さけのちゃんちゃんやき ・きんときまめのあまに ・さつまじる	りくえすとめにゅう ・ごはん ・やさいおむれつ ・ぶろっこりいとだいの さらだ ・こおんくりいむすうぶ	・ごはん ・まあほおどふ ・もやしとささみのさらだ ・ぶたにくとおしむぎのすうぶ	・にくうどん ・さばのたつたあげ ・はるさめのすのもの	
あさのおやつ	・ぎゅうにゅう ・ぱりんこ	・ぎゅうにゅう ・ごまびすけつと	・ぎゅうにゅう ・はっぴいたあん	・ぎゅうにゅう ・じゃがばたあ	・ぎゅうにゅう ・ええすこいん	
ひるのおやつ	・ぎゅうにゅう ・くろごまさんど	・ぎゅうにゅう ・なめしごはん	・ぎゅうにゅう ◎でつちようかん	・ぎゅうにゅう ・ごへいもち	・ぎゅうにゅう ・まっちゃむしばん	
エネルギー	未499kcal 以600kcal	未490kcal 以575kcal	未501kcal 以596kcal	未491kcal 以590kcal	未485kcal 以590kcal	

たいしょうぐんひかりこどもえん

※エネルギー表示の「未」は3歳未満児、「以」は3歳以上児の平均値を表しています
 (目標値:3歳未満児500kcal, 3歳以上児590kcal 2021年12月改正)
 ※土曜日はお昼ごはんのみのエネルギーを示しています
 ※朝のおやつは、3歳未満児のみです
 ※()は3歳未満児のおやつで、基本のおやつと異なる場合のみ記載しています
 ※2歳未満児はマヨネーズ及び肉加工品を使用しておりません
 ※献立は都合により変更する場合がありますので、ご了承ください

