

青和保育園
乳児食

2026年6月1日(月) ~ 2026年6月13日(土)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食	・ごはん ・魚の煮つけ ・挽肉とブロッコリー炒め ・みそ汁	・ごはん ・豆腐の旨煮 ・キャベツのり和え ・みそ汁	・ごはん ・豚肉と厚揚げカレー炒め ・のり塩かぼちゃ ・みそ汁	・そぼろ丼 ・切干大根サラダ ・みそ汁 ・バナナ	・ごはん ・豚肉のマーマレード焼き/60 ・マカロニサラダ ・たまねぎスープ	・チキンカレー ・キャベツサラダ ・パイナップル缶
10時 3時	・ヨーグルト ・にんじんパンケーキ ・牛乳	・ぶどうゼリー ・米粉みそパン ・牛乳	・ヨーグルト ・きなこマフィン ・牛乳	・りんごゼリー ・お豆腐クッキー ・牛乳	・ヨーグルト ・ピーチゼリー/星せんべい ・牛乳	・ゼリー ・ピーチゼリー/星せんべい ・りんごジュース
	11kcal 470 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 13.5 g 食塩 1.5 g	11kcal 447 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 13.3 g 食塩 1.5 g	11kcal 504 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 16.6 g 食塩 1.5 g	11kcal 493 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 15.0 g 食塩 1.0 g	11kcal 528 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 20.1 g 食塩 1.2 g	11kcal 435 kcal 蛋白質 8.5 g 脂質 7.4 g 食塩 1.1 g
昼食	・ごはん ・中華風肉団子 ・かまぼことわかめサラダ ・チンゲン菜スープ	・豚肉ごまだれ丼 ・かぼちゃの煮物 ・みそ汁 ・りんご	・ごはん ・鶏ねぎ塩炒め ・竹輪と大根の土佐煮 ・みそ汁	・ごはん ・魚の梅みそ焼き ・炒り豆腐 ・すまし汁	・ごはん ・照り焼きチキン ・ツナとブロッコリーの和えもの ・根菜汁	・ごはん ・キーマカレー/改定O ・ソテー(ほうれん草・コーン) ・パイナップル缶
10時 3時	・ヨーグルト ・バナナきなこショートブレッド ・牛乳	・ぶどうゼリー ・みたらしまカロニ ・牛乳	・ヨーグルト ・油揚げと小松菜ごはん ・牛乳	・りんごゼリー ・ポテトドーナッツ ・牛乳	・ヨーグルト ・コーン蒸しパン/OD ・牛乳	・ゼリー ・ピーチゼリー/星せんべい ・りんごジュース
	11kcal 465 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 13.2 g 食塩 1.5 g	11kcal 470 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 11.0 g 食塩 1.2 g	11kcal 514 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 14.3 g 食塩 1.6 g	11kcal 422 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 11.9 g 食塩 1.5 g	11kcal 486 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 16.6 g 食塩 1.3 g	11kcal 578 kcal 蛋白質 12.4 g 脂質 10.0 g 食塩 0.8 g

青和保育園
乳児食

2026年6月15日(月) ~ 2026年6月30日(火)

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
昼食	・ごはん ・魚のレモン焼き ・なすそぼろ煮 ・みそ汁	・ごはん ・チキントマト煮 ・キャベツサラダ ・わかめスープ	・ナポリタン ・チキンと夏野菜オープン焼き ・豆乳チャウダー ・オレンジ	・キーマカレー ・マセドアンサラダ ・具沢山スープ ・オレンジ	・ごはん ・八宝菜 ・焼きかぼちゃ ・中華コーンスープ ・パイナップル	・ごはん ・ポークカレー ・キャベツと人参のラベ ・パイナップル缶
10時 3時	・ヨーグルト ・ほうれん草クッキー ・牛乳	・ぶどうゼリー ・揚げ玉と青のりおにぎり ・牛乳	・ヨーグルト ・マーブルカップケーキ(米粉/OD) ・牛乳	・りんごゼリー ・ピーチゼリー/星せんべい ・牛乳	・ヨーグルト ・オニオンパン ・牛乳	・ゼリー ・ピーチゼリー/星せんべい ・りんごジュース
	11kcal 473 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 14.4 g 食塩 1.2 g	11kcal 494 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 12.9 g 食塩 1.5 g	11kcal 530 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 21.9 g 食塩 1.6 g	11kcal 482 kcal 蛋白質 13.4 g 脂質 10.5 g 食塩 1.5 g	11kcal 518 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 16.7 g 食塩 1.7 g	11kcal 588 kcal 蛋白質 11.5 g 脂質 8.4 g 食塩 1.1 g
昼食	・ごはん ・甘辛肉団子 ・高野豆腐の煮物 ・みそ汁	・ごはん ・豚肉さっぱり炒め ・キャベツのおかか和え ・みそ汁	・チキテキ丼 ・油揚げと小松菜の塩昆布和え ・みそ汁 ・オレンジ	・ごはん ・マーボーなす ・春雨ナムル ・中華スープ	・ごはん ・鶏肉のタルタルソースのせ ・ブロッコリーのゆかり和え ・具沢山みそ汁	・ごはん ・ハヤシライス/OD ・ほうれん草のソテー ・みかん缶
10時 3時	・ヨーグルト ・かぼちゃスコーン ・牛乳	・ぶどうゼリー ・梅おかかおにぎり ・牛乳	・ヨーグルト ・パイン豆乳寒天 ・牛乳	・りんごゼリー ・ごまちゃんすこう ・牛乳	・ヨーグルト ・ツナスパゲティ ・牛乳	・ゼリー ・ぶどうゼリー/星せんべい ・りんごジュース
	11kcal 496 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 15.5 g 食塩 1.3 g	11kcal 471 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 10.9 g 食塩 1.4 g	11kcal 475 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 15.9 g 食塩 1.2 g	11kcal 491 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 17.4 g 食塩 1.2 g	11kcal 506 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 18.3 g 食塩 1.3 g	11kcal 439 kcal 蛋白質 8.7 g 脂質 9.2 g 食塩 0.8 g
昼食	・ごはん ・豚肉の生姜焼き ・もやしと胡瓜のさっぱり和え ・みそ汁	・ごはん ・筑前煮 ・オクラ納豆 ・みそ汁				
10時 3時	・ヨーグルト ・米粉マーマレードマフィン ・牛乳/120	・ぶどうゼリー ・マスカットゼリー(Oaせんべい) ・牛乳				
	11kcal 503 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 16.4 g 食塩 1.3 g	11kcal 425 kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 10.9 g 食塩 1.0 g				

青和保育園
幼児食

2026年6月1日(月) ~ 2026年6月13日(土)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・そばろ丼	・ごはん	・チキンカレー
魚の煮つけ	・豆腐の旨煮	・豚肉と厚揚げカレー炒め	・切干大根サラダ	・みそ汁	・豚肉のマーマレード焼き	・キャベツサラダ
挽肉とブロッコリー炒め	・キャベツのり和え	・のり塩かぼちゃ	・お豆腐クッキー	・バナナ	・マカロニサラダ	・パイナップル缶
・みそ汁	・みそ汁	・みそ汁	・お豆腐クッキー	・たまねぎスープ	・ピーチゼリー/星せんべい	・ピーチゼリー/星せんべい
・にんじんパンケーキ	◇米粉みそパン	・きなこマフィン	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・りんごジュース
・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳
エネルギー - 488 kcal 蛋白質 24.2 g	エネルギー - 500 kcal 蛋白質 18.0 g	エネルギー - 532 kcal 蛋白質 20.5 g	エネルギー - 567 kcal 蛋白質 21.1 g	エネルギー - 563 kcal 蛋白質 20.9 g	エネルギー - 491 kcal 蛋白質 10.9 g	エネルギー - 491 kcal 蛋白質 10.9 g
脂質 14.0 g 食塩 1.6 g	脂質 16.6 g 食塩 1.5 g	脂質 18.0 g 食塩 1.5 g	脂質 18.7 g 食塩 1.1 g	脂質 22.3 g 食塩 1.5 g	脂質 9.3 g 食塩 1.6 g	脂質 9.3 g 食塩 1.6 g
8	9	10	11	12	13	13
・ごはん	・豚肉ごまだれ丼	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん
中華風肉団子	・かぼちゃの煮物	・鶏ねぎ塩炒め	・魚の梅みそ焼き	・照り焼きチキン	・照り焼きチキン	・キーマカレー
・かまぼことわかめサラダ	・みそ汁	・竹輪と大根の土佐煮	・炒り豆腐	・ツナとブロッコリーの和えもの	・ツナとブロッコリーの和えもの	ソテー(ほうれん草・コーン)
・チンゲン菜スープ	・りんご	・みそ汁	・すまし汁	・根菜汁	・根菜汁	・パイナップル缶
バナナきなこショートブレッド	・みたらしまカロニ	・油揚げと小松菜ごはん	・ポテトドーナッツ	・コーン蒸しパン	・コーン蒸しパン	・ピーチゼリー/星せんべい
・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・りんごジュース
エネルギー - 490 kcal 蛋白質 17.6 g	エネルギー - 537 kcal 蛋白質 22.0 g	エネルギー - 546 kcal 蛋白質 21.4 g	エネルギー - 476 kcal 蛋白質 21.6 g	エネルギー - 515 kcal 蛋白質 24.2 g	エネルギー - 668 kcal 蛋白質 15.9 g	エネルギー - 668 kcal 蛋白質 15.9 g
脂質 13.8 g 食塩 1.6 g	脂質 13.8 g 食塩 1.5 g	脂質 15.2 g 食塩 1.7 g	脂質 15.0 g 食塩 1.5 g	脂質 17.9 g 食塩 1.4 g	脂質 12.5 g 食塩 1.1 g	脂質 12.5 g 食塩 1.1 g

青和保育園
幼児食

2026年6月15日(月) ~ 2026年6月30日(火)

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
・ごはん	・ごはん	・ナポリタン	・キーマカレー	・ごはん	・ごはん	・ごはん
魚のレモン焼き	・チキントマト煮	・チキンと夏やさいオープン焼き	・マセドアンサラダ	・八宝菜	・八宝菜	・ポークカレー
・なすそばろ煮	・キャベツサラダ	・豆乳チャウダー	・具沢山スープ	・焼きかぼちゃ	・焼きかぼちゃ	・キャベツと人参のラペ
・みそ汁	・わかめスープ	・オレンジ	・オレンジ	・中華コーンスープ	・中華コーンスープ	・パイナップル缶
ほうれん草クッキー	・揚げ玉と青のりおにぎり	・マーブルカップケーキ(米粉/OD)	・ピーチゼリー/星せんべい	・オニオンパン	・オニオンパン	・ピーチゼリー/星せんべい
・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・りんごジュース
エネルギー - 495 kcal 蛋白質 23.1 g	エネルギー - 564 kcal 蛋白質 21.5 g	エネルギー - 569 kcal 蛋白質 21.5 g	エネルギー - 553 kcal 蛋白質 17.1 g	エネルギー - 545 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー - 681 kcal 蛋白質 14.6 g	エネルギー - 681 kcal 蛋白質 14.6 g
脂質 15.1 g 食塩 1.3 g	脂質 16.2 g 食塩 1.6 g	脂質 24.7 g 食塩 1.6 g	脂質 20.9 g 食塩 1.7 g	脂質 18.2 g 食塩 1.7 g	脂質 10.6 g 食塩 1.5 g	脂質 10.6 g 食塩 1.5 g
22	23	24	25	26	27	27
・ごはん	・ごはん	・チキテキ丼	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ハヤシライス
甘辛肉団子	・豚肉さっぱり炒め	・油揚げと小松菜の塩昆布和え	・マーボーなす	・鶏肉のタルタルソースのせ	・鶏肉のタルタルソースのせ	・ほうれん草のソテー
高野豆腐の煮物	・キャベツのおかか和え	・みそ汁	・春雨ナムル	・ブロッコリーのゆかり和え	・ブロッコリーのゆかり和え	・みかん缶
・みそ汁	・みそ汁	・オレンジ	・中華スープ	・具沢山みそ汁	・具沢山みそ汁	・みかん缶
かぼちゃスコーン	・梅おかかおにぎり	・バイン豆乳寒天	・ごまちんすこう	・ツナスパゲティ	・ツナスパゲティ	・ぶどうゼリー/星せんべい
・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・牛乳	・りんごジュース
エネルギー - 526 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー - 531 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー - 497 kcal 蛋白質 23.7 g	エネルギー - 562 kcal 蛋白質 17.4 g	エネルギー - 535 kcal 蛋白質 25.0 g	エネルギー - 496 kcal 蛋白質 10.9 g	エネルギー - 496 kcal 蛋白質 10.9 g
脂質 16.5 g 食塩 1.5 g	脂質 13.5 g 食塩 1.6 g	脂質 16.9 g 食塩 1.4 g	脂質 22.1 g 食塩 1.3 g	脂質 20.0 g 食塩 1.3 g	脂質 11.7 g 食塩 1.1 g	脂質 11.7 g 食塩 1.1 g
29	30					
・ごはん	・ごはん					
豚肉の生姜焼き	・筑前煮					
・もやしと胡瓜のさっぱり和え	・オクラ納豆					
・みそ汁	・みそ汁					
◇米粉マーマレードマフィン	・マスカットゼリー(Caせんべい)					
・牛乳/120	・牛乳					
エネルギー - 529 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー - 478 kcal 蛋白質 20.7 g					
脂質 16.4 g 食塩 1.5 g	脂質 13.7 g 食塩 1.3 g					