

平成26年4月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 火	ヤクルト 青のりせんべい	あらびきウインナーパン 牛乳 パナナ	ももゼリー 味しらべ	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) ロールパン もも(30%果汁入り飲料)ネクター	たまねぎ(りんご、生) パナナ(生) てんぐき(寒天)	エネルギー: 515kcal 水分: 379.3g タンパク: 15.6g	アミノ酸: 1.2g 脂質: 15g
2 水	麦茶 ビスコ	焼肉 ビーフンソテー いちご ご飯 大根汁	牛乳 クリームパン	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 油揚げ 普通牛乳	ビスケット(ソフト) ごま(乾) ビーフン オリーブ油 水稲穀粒(精白米) クリームパン	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 生いたけ(生) いちご(生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 602kcal 水分: 219.9g タンパク: 23.1g	アミノ酸: 3.5g 脂質: 27g
3 木	ももゼリー	肉じゃが 厚焼き卵 レタス パナナ ご飯 きゃべつ汁	牛乳 手作りドーナツ	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) りょくとう(金、ゆで) 鶏卵 全卵(生) 油揚げ かつお節 普通牛乳	もも(30%果汁入り飲料)ネクター じゃがいも(塊茎、生) しらす(三温糖) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) ざらめ糖(グラニュー糖)	てんぐき(寒天) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) キャベツ(結球葉、生)	エネルギー: 533kcal 水分: 403.4g タンパク: 18.8g	アミノ酸: 3.3g 脂質: 14g
4 金	麦茶 バナナ	焼きそば ウインナー 牛乳 グレープフルーツ	ジョア ゴマせんべい	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	蒸し中華めん 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) あおさ(寒干し) たまねぎ(りんご、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) グレープフルーツ(砂じょう、生)	エネルギー: 376kcal 水分: 308.4g タンパク: 12.2g	アミノ酸: 3g 脂質: 10.7g
5 土	オレンジ ジュース 五穀クラッ	クリームパン 中華ソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ハレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) クラッカー(ソーダ) クリームパン 緑豆はるさめ(乾) オリーブ油	ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー: 498kcal 水分: 314.1g タンパク: 14.8g	アミノ酸: 0.7g 脂質: 16.8g
7 月	雪の宿せんべい 牛乳	むらも汁 竹輪煮 いちご にんじんご飯	ヨーグルト クラッカー	かつお節 金山寺みそ 蒸しかまぼこ 鶏卵 全卵(生) 焼き竹輪 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいも、生) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	にんじん(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) グリンピース(冷凍) いちご(生)	エネルギー: 424kcal 水分: 273.2g タンパク: 16.2g	アミノ酸: 5.9g 脂質: 11g
8 火	麦茶 バナナ	焼き魚(鮭) ポテトサラダ レタス いちご ご飯 ニラ玉汁	ヤクルト えびせんべい	べにぎ(生) ハム(ロース) 鶏卵 全卵(生) かつお節 金山寺みそ	じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きゅうり(果実、生) レタス(結球葉、生) いちご(生) には(葉、生)	エネルギー: 365kcal 水分: 220.8g タンパク: 16.1g	アミノ酸: 2.9g 脂質: 7.1g
9 水	オレンジ ジュース 瀬戸の湯	チキンカツ 千切キャベツ 金時豆 バナナ ご飯 わかめ汁	牛乳 チョコパン	鶏卵 全卵(生) 若鶏 むね(皮つき、生) さげ(全粒、乾) 普通牛乳	ハレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) パン(粉) 薄力粉(1等) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、生) 食パン(市販品) ミルクチョコ	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) カットわかめ	エネルギー: 803kcal 水分: 347.4g タンパク: 30.1g	アミノ酸: 8.5g 脂質: 22.7g
10 木	りんごゼリー	ひじきの煮物 花型卵 きゅうり漬け グレープフルーツ ご飯 なめこ汁	牛乳 ホットケーキ	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) だいたい(水漬缶詰) 鶏卵 全卵(生) かつお節 金山寺みそ 普通牛乳	車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) プレミック粉(ホットケーキ用) ソフトタイプマーガリン ムーブシロップ	りんご(濃還元ジュース) てんぐき(寒天) ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) きゅうり(果実、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) はくさい(結球葉、生)	エネルギー: 460kcal 水分: 304.5g タンパク: 15.5g	アミノ酸: 2.4g 脂質: 15.4g
11 金	ヤクルト 雪のりせんべい	ミートスパゲティ レバーのケチャップ 煮 牛乳 レタス いちご	野菜生活 ビスコ	ふた びき肉、生 ミートソース ナチュラルチーズ(パルメザン) ぶた 肝臓(生) 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) マカロニス(パグチイ(乾) じゃがいも(塊茎、生) サラダ油 うんしゅうみかん果実飲料(果粒入りジュース) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト缶詰(ホール) レタス(結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 604kcal 水分: 370.8g タンパク: 21.7g	アミノ酸: 12.2g 脂質: 18.2g
12 土	牛乳 ル・マンド	ツナコーンサンド 豆乳 オレンジ	プリン 機せんべい	普通牛乳 まぐろ缶詰(油漬、フレーク、ライト)	ビスケット(ソフト) ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、高糖度) 豆乳(豆乳飲料、麦芽コーヒ)	きゅうり(果実、生) レタス(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 541kcal 水分: 354.2g タンパク: 17.4g	アミノ酸: 0g 脂質: 22.5g
14 月	ウエハース 牛乳	たんぼぼシチュー 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 グレープフルーツ ピラフ	ヨーグルト きなこせんべい	成鶏 むね(皮つき、生) 若鶏 むね(皮つき、生) 普通牛乳 クラタン(えび、冷凍) ヨーグルト(全脂無糖)	ビスケット(ハード) じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果実、生) ブロッコリー(花序、生) グレープフルーツ(砂じょう、生)	エネルギー: 469kcal 水分: 353.5g タンパク: 20.9g	アミノ酸: 6.2g 脂質: 14.8g
15 火	麦茶 卵ボーロ	タラの磯部揚げ 青葉和え バナナ ご飯 わかめスープ	牛乳 動物ビスケット	まだら(生) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) プレミックス粉(てんぷら用) サラダ油 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	あおさ(寒干し) こまつな(葉、生) ブラックマツタビ(生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) たまねぎ(りんご、生) カットわかめ	エネルギー: 413kcal 水分: 203.5g タンパク: 13.5g	アミノ酸: 6.1g 脂質: 12.9g
16 水	ヤクルト ふわふわチーズ	ハンバーグ 温野菜 オレンジ ご飯 かぼちゃ汁	牛乳 マヨネーズパン	ふた びき肉、生 凍り豆腐 鶏卵 全卵(生) まぐろ缶詰(油漬、フレーク、ライト) かつお節 金山寺みそ 普通牛乳 ベーコン(ベーコン)	乳酸菌飲料(乳製品) パウパフ ドレッシング タイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) ロールパン マヨネーズ(全卵型)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(原産、生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) 日本かぼちゃ(果実、生) えのきたけ(生)	エネルギー: 749kcal 水分: 354.2g タンパク: 31.2g	アミノ酸: 16.4g 脂質: 36.6g
17 木	牛乳 バナナ	きんぴらごぼう ス克蘭ブルエッグ ブロッコリー いちご ご飯 はんぺん汁	ジョア 星たべよ	普通牛乳 ぶた大型種 ロース(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ はんぺん かつお節 金山寺みそ	車輪(三温糖) ごま(りり) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ブロッコリー(花序、生) いちご(生) わかめ(原産、生)	エネルギー: 458kcal 水分: 306.4g タンパク: 15.3g	アミノ酸: 4.2g 脂質: 13.7g
18 金	麦茶 ハッピータン	お子様ランチ オレンジジュース フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ハム(ロース) 若鶏 むね(皮つき、生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、生) でん粉(じゃがいも、生) ハレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) ショートケーキ	ブロッコリー(花序、生) なつみかん(缶詰) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) 寒しゅうみかん(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) いちご(生)	エネルギー: 628kcal 水分: 320.8g タンパク: 20.6g	アミノ酸: 3.1g 脂質: 18.7g
19 土	ヨーグルト	ピーナツパン ポテトのカレー炒め 牛乳 レタス オレンジ	バナナ	ヨーグルト(全脂無糖) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	食パン(市販品) らっかせい(ピーナツバター) じゃがいも(塊茎、生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) レタス(結球葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー: 529kcal 水分: 330.5g タンパク: 20.2g	アミノ酸: 8.3g 脂質: 22g
21 月	麦茶 バナナ	ブロッコリーカレー 小女子 牛乳 グレープフルーツ ご飯	ヨーグルト 小魚アーモンド	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) いか(なご) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖) いか(なご) (あめ煮)	じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) アーモンド(フライ、味付け)	バナナ(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ふなめ(生) たまねぎ(りんご、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) グレープフルーツ(砂じょう、生)	エネルギー: 419kcal 水分: 347.1g タンパク: 16.6g	アミノ酸: 6.9g 脂質: 13.5g
22 火	ジョア 雪のりせんべい	カレイの煮付 マカロニサラダ レタス オレンジ ご飯 さつま芋汁	牛乳 ビスコ	まがわい(生) ハム(ロース) プロセスチーズ かつお節 金山寺みそ 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) マカロニス(パグチイ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) さつま芋(塊茎、生) ビスケット(ソフト)	キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) いちご(生) テンギンサイ(葉、生)	エネルギー: 498kcal 水分: 281.1g タンパク: 17.4g	アミノ酸: 9g 脂質: 13.9g
23 水	野菜生活 醤油せんべい	ポテトコロッケ ポイル野菜 いちご ご飯 ベーコンスープ	牛乳 チョコパン	鶏卵 全卵(生) ぶた びき肉、生 ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	うんしゅうみかん果実飲料(果粒入りジュース) 米菓(塩せんべい) パン(粉) 薄力粉(1等) じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米) 緑豆はるさめ(乾) 食パン(市販品) ミルクチョコ	キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) いちご(生) チンギンサイ(葉、生)	エネルギー: 653kcal 水分: 320.3g タンパク: 20g	アミノ酸: 7.7g 脂質: 19.4g
24 木	プリン	たけのこの含め煮 花型卵 ブロッコリー バナナ ご飯 かぼちゃ汁	ジョア チーズ クラッカー	若鶏 むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵 全卵(生) かつお節 金山寺みそ プロセスチーズ	カスタードブレディング 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) クラッカー(ソーダ)	たけのこ(水煮缶詰) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生) 日本かぼちゃ(果実、生) えのきたけ(生)	エネルギー: 600kcal 水分: 288.6g タンパク: 24.2g	アミノ酸: 7g 脂質: 20.8g
25 金	ムーンライト 牛乳	卵とじうどん 天ぷら たくあん グレープフルーツ	ミルク おにぎり	かつお節 鶏卵 全卵(生) 若鶏 もも(皮つき、焼き) 魚肉ソーセージ 普通牛乳 ヨーグルト(ドリンクタイプ) まぐろ缶詰(味付け、フレーク)	ビスケット(ソフト) うどん(ゆで) プレミックス粉(てんぷら用) さつま芋(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) たくあん漬(塩漬) だいこん漬 グレープフルーツ(砂じょう、生) 乾燥わかめ(寒干し)	エネルギー: 623kcal 水分: 337.6g タンパク: 23.8g	アミノ酸: 3.9g 脂質: 15.1g
26 土	麦茶 源氏パイ	チョコパン 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	スポロン ばかうけ	油揚げ 普通牛乳	パウパフ 食パン(市販品) ミルクチョコレート 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) グリンピース(冷凍) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 586kcal 水分: 295.6g タンパク: 17.3g	アミノ酸: 5.5g 脂質: 20.7g
28 月	歌舞伎揚げ 牛乳	ココロスープ 笹かま揚げ いちご さつまいもご飯	ヨーグルト チョコイス	ベーコン(ベーコン) 蒸しかまぼこ 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) サラダ油 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊茎、生) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りんご、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) いちご(生)	エネルギー: 449kcal 水分: 256.6g タンパク: 12.9g	アミノ酸: 5.8g 脂質: 17.7g
30 水	ももゼリー	五目納豆 さつまいもの甘煮 きゅうり 漬け オレンジ ご飯 きのこ汁	牛乳 アンパン	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 金山寺みそ 普通牛乳	もも(30%果汁入り飲料)ネクター マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) あんパン	てんぐき(寒天) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) まいたけ(生)	エネルギー: 467kcal 水分: 319.6g タンパク: 16.9g	アミノ酸: 5.7g 脂質: 12.6g

給食MEMO

18日 お誕生会

