

# 平成26年6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	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 日							
2 月	牛乳 バナナ	けんちん汁 鶏肉のさっぱり煮 たくあん オレンジ 炊き込みご飯	スキムミルク 青のりせんべい	普通牛乳 油揚げ かつお節 ぶた大 型種、かたローズ(脂身つき、生) 金 山寺みそ 若鶏、もも(皮つき、生) 卵黄卵	米菓(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) だいこん(根、皮つき、 生) にんじん(根、皮つき、生) な がさき(葉、生) ごぼう(根、生) たくあん(塩押しだいこん漬) バ レソ(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) キウワフルーツ (生) なめこ(水煮缶詰)	エネルギー: 364kcal タンパク: 13.8g 食塩相当量: 0.8g 脂質: 9.7g
3 火	りんごゼリー	ししゃものから揚げ 三色和え 金時豆 ゴールデンキウイ ご飯 なめこ汁	ジョア 黒糖ミルクせんべい	からふとししゃも(生干し、生) さき げ(全粒粉) 精こし豆腐 かつお節 金山寺みそ	ゼリー(オレンジ) でん粉(じゃがいも でん粉) サラダ油 マヨネーズ (全卵型) 車輪(三温糖) 水稲穀粒 (精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米 菓(塩せんべい)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) ぶな(葉、生) あまのり(焼きのり) きんぎょ(葉、生) バレソ(生) バ レソ(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) キウワフルーツ (生) なめこ(水煮缶詰)	エネルギー: 364kcal タンパク: 10.4g 食塩相当量: 1.9g 脂質: 6.8g
4 水	麦茶 歌舞伎揚げ	焼肉 ビーフンソテー アスパラ バナナ ご飯 青菜汁	牛乳 あんバターパン	ぶた大型種 ロース(脂身つき、生) ベーコン(ローズ) かつお節 金山寺 みそ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) ごま(粒) ビーフ ン オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 焼きふ(練世ふ) あんパン 無塩バター	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) アスパラガス(茎葉、 生) バナナ(生) こまつな(葉、生)	エネルギー: 419kcal タンパク: 14.8g 食塩相当量: 1.1g 脂質: 14.4g
5 木	ももジュース 卵ボーロ	五色煮 スクランブルエッグ ブロッコリー グレープフルーツ ご飯 ベーコンスープ	フルーツ白玉	若鶏、むね(皮つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ベーコン) ホイップクリーム(植物性脂肪)	もも(30%果汁入り飲料) ネットア ー ボーロ(衛生ボーロ) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白 米) 上新粉 甘納豆(あずき)	ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つ き、生) さやいんげん(若さや、生) オクラ(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: 403kcal タンパク: 10.6g 食塩相当量: 1.3g 脂質: 9.5g
6 金	ヤクルト 雪の里せんべい	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛 乳 いんげんのピーナツ和え オレンジ	マリ-ビスケット 野菜生活	ベーコン(ベーコン) かつお節 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(パスタ用) 乾 じゃがいも(塊茎、生) サラダ油 らっかせい(いり) ビスケット(ソフト タイプ)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) ぶな(葉、生) あまのり(焼きのり) きんぎょ(葉、生) バレソ(生) バ レソ(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) キウワフルーツ (生) なめこ(水煮缶詰)	エネルギー: 469kcal タンパク: 17.2g 食塩相当量: 0.7g 脂質: 14g
7 土	麦茶 ビスコ	クリームサンド きんぴらごぼう 牛乳 バナナ	ももゼリー ばかうけ	若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) クリーム(車 輪(三温糖) ごま(いり) しらす ぜ り(オレンジ) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう (根、生) バナナ(生)	エネルギー: 402kcal タンパク: 12.5g 食塩相当量: 0.9g 脂質: 13.3g
8 日							
9 月	牛乳 チーズせんべい	ブロッコリーシチュー 竹輪と厚揚げ煮 い んげんのゴマ和え オレンジ ご飯	スキムミルク 小魚アーモンド	普通牛乳 成鶏、むね(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 脱脂粉乳 いか ご(あめ糖)	米菓(揚げせんべい) じゃがいも(塊 茎、生) 車輪(三温糖) でん粉(じゃ がいもでん粉) ごま(いり) 水稲穀粒 (精白米) アーモンド(フライ、砕粉)	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) ブロッコ リー(花序、生) グレープフルーツ (砂じょう、生) トマト(果実、生) キャベツ(結球葉、生) バナナ(生)	エネルギー: 367kcal タンパク: 13.3g 食塩相当量: 0.8g 脂質: 10.7g
10 火	ももゼリー	焼き魚(鮭) かみかみサラダ レタス バナナ ご飯 大根汁	ヤクルト ゴマせんべい	べにざけ(生) 若鶏、むね(皮つき、 生) 油揚げ かつお節 金山寺みそ	ゼリー(オレンジ) 車輪(三温糖) ド レッシングタイプ和風調味料 水稲穀 粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つ き、生) ごぼう(根、生) スイ ートコーン缶詰(ホールカーネルス タイル) レタス(結球葉、生) バナナ(生)	エネルギー: 318kcal タンパク: 12g 食塩相当量: 0.6g 脂質: 3.3g
11 水	麦茶 バナナ	ヒレカツ 千切キャベツ トマト グレープフルーツ ご飯 わかめ汁	牛乳 カレーパン	ぶた大型種 ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、 全卵(生) 金山寺みそ 普通牛乳 ぶ た、ひき肉、生 ナチュラルクーズ(バ ルメザン)	薄力粉(1等) バタ(乾油) サラダ 油 水稲穀粒(精白米) じゃがい も(塊茎、生) ロールパン オリーブ 油	にんじん(根、皮つき、生) トマト(果 実、生) グレープフルーツ(砂じょう、 生) カットわかめ たまねぎ(りんご、 生)	エネルギー: 390kcal タンパク: 16.1g 食塩相当量: 0.8g 脂質: 10.6g
12 木	牛乳 お野菜チップス	じゃが芋のひき肉煮 花型卵 きゅうり漬け ゴールデンキウイ ご飯 コーンスープ	プリン ハッピータン	ポテトチップス(ポテトチップス) じゃ がいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) で ん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油 水稲穀粒(精白米) カスタード クリーム	にんじん(根、皮つき、生) グリンピー ス(冷凍) きゅうり(果実、生) キウ ワフルーツ(生) 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)	エネルギー: 451kcal タンパク: 15.4g 食塩相当量: 1.6g 脂質: 18.2g	
13 金	ジョア きなこせんべい	中華丼 青菜和え たくあん みそ汁 メロン	牛乳 ケーキ	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 精 こし豆腐 かつお節 金山寺みそ 普 通牛乳	はくさい(結球葉、ゆで) にんじん (根、皮つき、生) ヤングコーン(幼 穂、生) チンゲンサイ(葉、生) こ まつな(葉、生) ブラックマツボもやし (冷凍)	エネルギー: 383kcal タンパク: 10.9g 食塩相当量: 0.8g 脂質: 8.4g	
14 土	牛乳 ムーンライト	スパゲティパン 豆乳 オレンジ	バナナ	普通牛乳 ベーコン(ベーコン)	ビスケット(ソフト) マカロニス(パ スタ用) オリーブ油 コッペン豆 乳(豆乳飲料、麦芽コービー)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) マッシュルーム(水煮缶詰) バレソ アオレンジ(砂じょう、生) バナナ(生)	エネルギー: 409kcal タンパク: 12g 食塩相当量: 1.1g 脂質: 13.9g
15 日							
16 月	牛乳 バームクーヘン	どろりんスープ まさご揚げ トマト ゴールデンキウイ ご飯	ヨーグルト クラッカー	普通牛乳 鶏卵、全卵(生) 精こし豆 腐 鶏肉、ひき肉 しらす干し(乾燥 品) かつお節 ヨーグルト(全脂無 糖)	バターケーキ でん粉(じゃがいもで ん粉) サラダ油 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソー ダ)	たまねぎ(りんご、生) わかめ(原簿、 生) にんじん(根、皮つき、生) ト マト(果実、生) キウワフルーツ(生)	エネルギー: 484kcal タンパク: 16.5g 食塩相当量: 0.8g 脂質: 18.8g
17 火	麦茶 バナナ	赤うおの煮魚 マセドアンサラダ ゴールデンキウイ ご飯 玉ねぎ汁	スポロン 醤油せんべい	しらお(生) ハム(ローズ) かつお 節 金山寺みそ	車輪(三温糖) さつまいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイ プ和風調味料 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、生) 乳酸菌飲料 (乳製品)	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) ひじき(ほしひじき) キウワフルーツ (生) きんぎょ(葉、生)	エネルギー: 332kcal タンパク: 8.2g 食塩相当量: 0.9g 脂質: 3.6g
18 水	ヤクルト 黒豆せんべい	松風焼き 温野菜 にんじんグラッセ オレンジ ご飯 春雨スープ	牛乳 甘バターパン	ぶた、ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵、全 卵(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛 乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) ドレッシングタイプ和風調味 料 水稲穀粒(精白米) 水稲穀粒 (精白米) 練豆はるさめ(乾) ク レープ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ (りんご、生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) バレソア オレンジ(砂じょう、生) チンゲンサイ (葉、生)	エネルギー: 499kcal タンパク: 19.7g 食塩相当量: 2.1g 脂質: 18.2g
19 木	ミルクプリン	五目納豆 さつまいもの甘煮 きゅうり漬け グレープフルーツ ご飯 ほうれんそう汁	牛乳 チョイス	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納 豆 プロセスチーズ かつお節 金山 寺みそ 普通牛乳	ゼリー(ミルク) 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) ビスケット(ソ フトタイプ)	相模松(葉、軟白、生) にんじん (根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) ほう れんそう(葉、生) スイートコーン缶 詰(ホールカーネルスタイル)	エネルギー: 406kcal タンパク: 13.2g 食塩相当量: 1.2g 脂質: 13.3g
20 金	牛乳 ふわふわ チーズせんべい	三色そうめん 天ぷら たくあん ゴールデンキウイ	ジョア おにぎり	普通牛乳 かつお節 鶏卵、全卵(生) なると 鶏肉、ひき肉 魚肉ソーセー ジ	米菓(揚げせんべい) そうめん、ひや むぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら 用) 乳酸菌飲料(乳製品) 水稲穀粒 (精白米)	相模松(葉、軟白、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) たま ねぎ(りんご、生) たくあん漬(塩だ いこん漬)	エネルギー: 421kcal タンパク: 13.7g 食塩相当量: 1.6g 脂質: 8.7g
21 土	カルピス 味しらべ	ソフトフランスピーナツパン 中華ソテー 牛乳 バナナ	野菜生活 ビスコ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) コッペン豆 らっかせい(ピー ナツバター) 練豆はるさめ(乾) オ リーブ油 ろんしゅうみかん果実飲料 (果汁入り)	アスパラガス(茎葉、生) にんじん (根、皮つき、生) キャベツ(結球 葉、生) バナナ(生)	エネルギー: 411kcal タンパク: 10.6g 食塩相当量: 1.2g 脂質: 13g
22 日							
23 月	麦茶 バナナ	アスパラカレー 小女子 牛乳 オレンジ 福神漬け ご飯	ヨーグルト ウエハース	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) い かご(生) 普通牛乳 ヨーグルト(全 脂無糖)	じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハ ードタイプ)	バナナ(生) 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) マッシュルーム(水煮 缶詰) アスパラガス(茎葉、生) にん じん(根、皮つき、生) 黄ピーマン (果実、生)	エネルギー: 371kcal タンパク: 12.7g 食塩相当量: 1g 脂質: 10.9g
24 火	牛乳 バームロール	カレイのマリネ ポテトサラダ ゴールデンキウイ ご飯 きゃべつ汁	ジョア チーズ 星たべよ	普通牛乳 まがれい(生) ハム(ロ ーズ) 油揚げ 金山寺みそ かつお節 プロセスチーズ	バターケーキ 車輪(三温糖) でん粉 (じゃがいもでん粉) サラダ油 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)	赤ピーマン(果実、生) 黄ピーマン (果実、生) きゅうり(果実、生) た まねぎ(りんご、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)	エネルギー: 496kcal タンパク: 16.6g 食塩相当量: 1g 脂質: 18.3g
25 水	ぶどうジュース 雪の宿せんべい	鶏のから揚げ マカロニサラダ トマト グレープフルーツ ご飯 きのこ汁	牛乳 パンキンパン	若鶏、もも(皮つき、生) まぐろ類缶詰 (油漬) フレーク(ライト) 精こし豆腐 かつお節 金山寺みそ 普通牛乳	ぶどう(70%果汁入り飲料) 米菓(塩 せんべい) でん粉(じゃがいもで ん粉) サラダ油 マヨネーズ(全卵 型) サラダ油 マカロニス(パスタ用) チキ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲 穀粒(精白米)	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) トマト (果実、生)	エネルギー: 526kcal タンパク: 19g 食塩相当量: 1.2g 脂質: 16.3g
26 木	プリン	ひじきの煮物 厚焼き卵 いんげん バナナ ご飯 トマトスープ	ミルク えびせんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ヨーグルト(ド リンクタイプ)	カスタードプリン 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白 米) 米菓(塩せんべい)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つ き、生) ごぼう(根、生) さやい んげん(若さや、生) バナナ(生) た まねぎ(りんご、生) トマト(果実、生)	エネルギー: 378kcal タンパク: 13.5g 食塩相当量: 2g 脂質: 9.7g
27 金	ヤクルト ぱりんこ	焼きそば ウィナー 牛乳 ブロッコリー メロン	リンゴジュース きなこカップケーキ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) ソーセージ(ウィンナー) 普通牛乳 鶏卵、全卵(生) きな粉(全粒大豆)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) 煮し中華めん マヨネーズ(全 卵型) りんご(50%果汁入り飲料) プレミックス粉(ホットケーキ用) 無 塩バター	あおき(青干し) 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) ブロッコリー(花序、 生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー: 431kcal タンパク: 11.8g 食塩相当量: 0.9g 脂質: 15.7g
28 土	麦茶 白い風船	チョコサンド 昆布サラダ 牛乳 オレンジ	ミルクプリン 塩せんべい	普通牛乳	ウエハース 食パン(市販品) ミルク チョコレート ごま(いり) ゼリー(ミ ルク) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) キャベツ(結球 葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、生) 塩昆布(バ レソアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 419kcal タンパク: 13.5g 食塩相当量: 1.4g 脂質: 13.1g
29 日							
30 月	牛乳 動物ビスケット	肉団子スープ 竹輪の磯部揚げ きゅうり漬け ゴールデンキウイ ご飯	ヨーグルト おしやぶりするめ	普通牛乳 鶏肉、ひき肉 焼き竹輪 ヨーグルト(全脂無糖) いか加工品 (するめ)	ビスケット(ソフト) 練豆はるさめ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) サラ ダ油 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) 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) しょうが (根茎、生) チンゲンサイ(葉、生)	エネルギー: 370kcal タンパク: 15g 食塩相当量: 1g 脂質: 14g

給食MEMO  
13日 お誕生会

1歳6か月未満の子は個々に合わせてきざみ・薄味にしています。 材料の都合により献立が変わることがあります。

