

平成26年9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月	りんごゼリー	きのこカレー 小女子 牛乳 福神漬け ぶどう ご飯	ヨーグルト おしゃぶりするめ	成鶏、むね(皮つき、生) いかなご(生) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖) いかなご加工品(するめ)	ゼリー(オレンジ) じゃがいも(焼、生) 水稲穀粒(精白米)	マッシュルーム(水巻缶詰) ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) 福神漬け ぶどう(生)	エネルギー: 352kcal たんぱく: 16.4g 脂質: 10.2g 加減量: 272mg 食塩相当量: 0.9g	
2火	野菜生活 磯揚げ	さんまのかば焼き 寒天サラダ ご飯 なす汁	牛乳 きなこ団子	さんま(生) ハム(ローズ) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 きな粉(脱皮大豆)	うんしゅうみかん果実飲料(果糖入りジュース) 米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) 車輪(三連輪) サラダ油 ドレッシングタイプ和風調味料(醤油、みりん、酢、砂糖、塩、香辛料、増粘安定剤、着色料、香料、防腐剤)	レタス(結球葉、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) でんぷん(寒天) パンチアオレンヂ(砂糖、生)	エネルギー: 463kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 12.3g 加減量: 147mg 食塩相当量: 1g	
3水	麦茶 梨	ミートローフ 三色和え トマト グレープフルーツ ご飯 きゃべつ汁	牛乳 ピーナツパン	ふた、ひき肉、生 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	水稲穀粒(精白米) 食パン(市販品) かつお(ピーナツバター)	日本なし(生) たまねぎ(りん、生) こまつな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果実、生) グレープフルーツ(砂糖、生) キャベツ(結球葉、生)	エネルギー: 414kcal たんぱく: 16.7g 脂質: 14.8g 加減量: 192mg 食塩相当量: 1.1g	
4木	飲むヨーグルト アスパラガス	ひじきの煮物 かぼちゃキッシュ パナナ ご飯 トマトスープ	アイス	ヨーグルト(ドリンクタイプ) ふた大型種、ローズ(霜つき、生) だいず(水巻缶詰) 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ベーコン)	米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ラクトアイス(普通無糖)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) パナナ(生) たまねぎ(りん、生) トマト(果実、生)	エネルギー: 362kcal たんぱく: 10g 脂質: 10.4g 加減量: 199mg 食塩相当量: 1.7g	
5金	麦茶 卵ボーロ	豚丼 ゴマ和え たくあん みそ汁 ぶどう	牛乳 ケーキ	ふた大型種、ローズ(霜つき、生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) しらたき 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ごま(白) ショートケーキ	たまねぎ(りん、生) ほろりん(生) 菜の花(生) ブラックマツマヤシ(生) にんじん(根、皮つき、生) たくあん漬(塩押したくあん漬) まいたけ(生) ぶどう(生)	エネルギー: 347kcal たんぱく: 12g 脂質: 11.6g 加減量: 149mg 食塩相当量: 0.7g	
6土	ぶどうジュース バターサブレ	チョコサンド 厚揚げの中巻煮 牛乳 オレンジ	バナナ	生揚げ 普通牛乳	ぶどう(70%果汁入り飲料) サブレ食パン(市販品) ミルクチョコレート	にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) パンチアオレンヂ(砂糖、生) パナナ(生)	エネルギー: 437kcal たんぱく: 11.9g 脂質: 14.1g 加減量: 223mg 食塩相当量: 0.6g	
7日								
8月	牛乳 きなこせんべい	お月見汁 笹かま揚げ 昆布キャベツ 梨 ご飯	ヨーグルト 小魚アーモンド	普通牛乳 かつお節 米みそ(甘みそ) 高しめぼし ヨーグルト(全脂無糖) いかなご(あめ煮)	米菓(塩せんべい) 上新粉 サラダ油 水稲穀粒(精白米) アーモンド(フライ、味付け)	にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(葉、生) 根菜和煮(葉、軟白、しらたき) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布 日本なし(生)	エネルギー: 332kcal たんぱく: 12.9g 脂質: 11.2g 加減量: 285mg 食塩相当量: 1.3g	
9火	麦茶 バナナ	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ トマト グレープフルーツ ご飯 ニラ玉汁	スポロン あまからせんべい	ベーにぎ(生) ハム(ローズ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	マカロニスパゲティ(乾) 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(甘みそせんべい) 米菓(甘みそせんべい)	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) トマト(果実、生) グレープフルーツ(砂糖、生)	エネルギー: 323kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 4.4g 加減量: 69mg 食塩相当量: 0.4g	
10水	カルピス がんばれ野菜 家族	ハムカツ ポイル野菜 金時豆 オレンジ ご飯 なめこ汁	牛乳 あんバターパン	ハム(プレス) 鶏卵、全卵(生) ささげ(全粒、乾) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(甘みそせんべい) 薄力粉(1等) パン粉(乾) サラダ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) あんパン 車輪(三連輪)	キャベツ(結球葉、生) プロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) パンチアオレンヂ(砂糖、生) なめこ(水巻缶詰)	エネルギー: 398kcal たんぱく: 13.3g 脂質: 12.2g 加減量: 158mg 食塩相当量: 1.5g	
11木	ももジュース 磯せんべい	里芋の煮物 花型卵 ブロッコリー パナナ ご飯 ベーコンスープ	牛乳 スイートポテト	若鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	もも(30%果汁入り飲料) ネクター 米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) さといも(冷凍、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 緑豆はるさめ(生) かつお節(乾燥)	にんじん(根、皮つき、生) プロッコリー(花序、生) パナナ(生) チンゲンサイ(葉、生)	エネルギー: 412kcal たんぱく: 14.6g 脂質: 14.2g 加減量: 159mg 食塩相当量: 1.5g	
12金	プリン	きのこスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 きゅうり漬け 梨	ジョア チーズ ゴマクラッカー	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 普通牛乳 プロセスチーズ	カスタードプリン(生) マカロニスパゲティ(乾) 無塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油 乳酸菌飲料(乳製品) クラッカー	たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) エリンギ(生) きゅうり(果実、生) 日本なし(生)	エネルギー: 536kcal たんぱく: 24.3g 脂質: 18.4g 加減量: 324mg 食塩相当量: 1.2g	
13土	麦茶 動物ビスケット	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 グレープフルーツ	ももゼリー 熟成サラダせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) クリーム(生) 緑豆はるさめ(乾) オリブ油 ゼリー(オレンジ) 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ほろりん(生) きゅうり(果実、生) グレープフルーツ(砂糖、生)	エネルギー: 392kcal たんぱく: 11.9g 脂質: 14.7g 加減量: 150mg 食塩相当量: 1g	
14日								
15月								
16火	麦茶 バナナ	焼肉 ビーフソテー プロッコリー 梨 ご飯 かぼちゃ汁	スキムミルク カレーせんべい	ふた大型種、ローズ(霜つき、生) ベーコン(ローズ) かつお節 米みそ(甘みそ) 脱脂粉乳 普通牛乳	ごま(乾) ビーフ オリブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(揚げせんべい)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) には(葉、生) プロッコリー(花序、生) 日本なし(生) 日本かぼちゃ(果実、生) きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生) ブラックマツマヤシ(生) にんじん(根、皮つき、生) パンチアオレンヂ(砂糖、生) かぶ(根、皮つき、生)	エネルギー: 314kcal たんぱく: 10.1g 脂質: 9.6g 加減量: 57mg 食塩相当量: 0.5g	
17水	ジョア ハッピータン	白身魚のタルタルソース 青菜和え オレンジ ご飯 かぶ汁	牛乳 セサミンパン	若たら(生) 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 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) 水稲穀粒(精白米) 焼きそば(焼きそば)	きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生) ブラックマツマヤシ(生) にんじん(根、皮つき、生) パンチアオレンヂ(砂糖、生) かぶ(根、皮つき、生)	エネルギー: 473kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 12.9g 加減量: 224mg 食塩相当量: 1.1g	
18木	ヨーグルト	親子煮 塩昆布漬け ぶどう ご飯 さつま芋汁	ヤクルト えびせんべい	ヨーグルト(全脂無糖) 若鶏、むね(皮つき、生) なたね 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) さつま芋(焼、生) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん、生) グリンピース(冷凍) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布 にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ぶどう(生)	エネルギー: 322kcal たんぱく: 10.5g 脂質: 5.3g 加減量: 190mg 食塩相当量: 1.3g	
19金	果実ジュース 芭蕉揚げ	肉みそうどん 竹輪の磯部揚げ 牛乳 温野菜 梨	麦茶 おはぎ	米みそ(甘みそ) ぶた、ひき肉、生 かつお節 焼き竹輪 普通牛乳 あずき(全粒、乾) きな粉(全粒大豆)	アセロラ(10%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) でん粉(じゃがいもでん粉) プレミックス粉(てんぷら用) サラダ油 水稲穀粒(精白米) 車輪(三連輪)	たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) あおき(葉干し) キャベツ(結球葉、生) 日本なし(生)	エネルギー: 363kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 8.7g 加減量: 148mg 食塩相当量: 0.8g	
20土	牛乳 マリービスケット	ハンバーガー 豆乳 パナナ	プリン 味しらべ	普通牛乳 ぶた、ひき肉、生 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ	ビスケット(ソフト) コップレイン 豆乳(豆乳飲料、後発コヒー) カスタードプリン(生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) レタス(結球葉、生) きゅうり(果実、生) パナナ(生)	エネルギー: 503kcal たんぱく: 18.2g 脂質: 18.3g 加減量: 247mg 食塩相当量: 1.3g	
21日								
22月	牛乳 星たべよ	さつまいもシチュー 竹輪煮 ほうれんそうのお浸し ぶどう ご飯	スキムミルク ムーンライト	普通牛乳 成鶏、むね(皮つき、生) 脱脂粉乳 焼き竹輪 凍り豆腐	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼、生) さつまいも(焼、生) 車輪(三連輪) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、生) ブラックマツマヤシ(生) ぶどう(生)	エネルギー: 387kcal たんぱく: 12.7g 脂質: 10.9g 加減量: 224mg 食塩相当量: 0.8g	
23火								
24水	ヤクルト あじ一番	ミートボール 温野菜 グレープフルーツ ご飯 コーンスープ	牛乳 フルーツサンド	ぶた、ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵、全卵(生) ホイップクリーム(乳脂肪)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油 ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) わかめ(葉、生) プロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) グレープフルーツ(砂糖、生)	エネルギー: 505kcal たんぱく: 20.1g 脂質: 18.4g 加減量: 218mg 食塩相当量: 1.9g	
25木	麦茶 りんご	五目納豆 さつまいもの甘煮 ブロッコリー オレンジ ご飯 大根汁	牛乳 ビスコ	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 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼、生) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	りんご(生) 相模ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) プロッコリー(花序、生) パンチアオレンヂ(砂糖、生) だいにん(根、皮つき、生)	エネルギー: 358kcal たんぱく: 10.5g 脂質: 11.3g 加減量: 182mg 食塩相当量: 0.9g	
26金	ミルクプリン	焼きそば ウィンナー 牛乳 きゅうり漬け 梨	ぶどうジュース ばりんこ	ふた大型種、かた(霜つき、生) ソーセージ(ウィンナー) 普通牛乳	ゼリー(ミルク) 高し中華めん 米菓(塩せんべい)	あおき(葉干し) たまねぎ(りん、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) 日本なし(生) ぶどう(凍結還元)	エネルギー: 330kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 10.3g 加減量: 189mg 食塩相当量: 0.9g	
27土		親子芋煮運動会						
28日								
29月	牛乳 白い風船	コロコロスープ 鶏肉のさっぱり煮 たくあん オレンジ ご飯	ヨーグルト 青のりせんべい	普通牛乳 ベーコン(ベーコン) 若鶏、むね(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖)	ウエハース 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん、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(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) たくあん(漬、生)	エネルギー: 343kcal たんぱく: 12.9g 脂質: 11.1g 加減量: 252mg 食塩相当量: 1.3g	
30火	麦茶 りんご	さばの味噌煮 豆まめサラダ レタス パナナ ご飯 とろりんスープ	牛乳 動物ビスケット	若たら(生) 米みそ(甘みそ) 焼き竹輪 だいず(国産、ゆで) 普通牛乳	車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼、生) 水稲穀粒(精白米) でん粉(じゃがいもでん粉) ビスケット(ソフト)	りんご(生) しょうが(根、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ひじき(ほしひじき) きゅうり(果実、生) レタス(結球葉、生)	エネルギー: 381kcal たんぱく: 12g 脂質: 12.9g 加減量: 155mg 食塩相当量: 0.5g	

給食MEMO
 5日 お誕生会
 15日 敬老の日
 23日 秋分の日
 27日 親子芋煮運動会

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。

