

平成28年2月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			栄養価				
	朝間	昼食	昼間	あか	黄	みどり		
1月	牛乳 いちご	ワンタンスープ 揚げ出し豆腐 たくあん みかん きのこご飯	なかよしヨーグルト 小魚アーモンド	普通牛乳100 ぶた、ひき肉、生 凍り豆腐、かつお節、いかなご(あめ煮)	しゅうまいの皮、でん粉(じゃがいもでん粉)、サフラワー油、車輪(三連輪)、水稲穀粒(精白米) アーモンド(フライ、味付け)	いちご(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) はくさい(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) たくあん漬(塩漬、生) ほうれん草(生)	エネルギー: 477kcal タンパク: 19.8g 脂質: 17.6g	カルシウム: 359mg 食塩相当量: 1.2g
2火	りんごゼリー	さばの味噌煮 豆まめサラダ いよかん ご飯 ほうれん草汁	牛乳 黒糖ミルクせんべい	まき(生) 米みそ(甘みそ) 焼き竹輪、だいず(国産、ゆで) 煎り節 普通牛乳100	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) 焼きふ(乾世ふ) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) 日本かぼちゃ(栗栗、生) にんじん(根、皮つき、生) ひじき(ほしひじき) きゅうり(栗栗、生) いよかん(砂じょう、生) ほうれん草(生)	エネルギー: 417kcal タンパク: 16g 脂質: 10.4g	カルシウム: 162mg 食塩相当量: 0.9g
3水	ヤクルト 煮豆	おに★スパバーグ 牛乳 パナナ	野菜生活 カップライス	ハム(ローズ) ぶた、ひき肉、生 鶏卵、全卵(生) 凍り豆腐、かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) マカロニ(スパゲッティ(乾)) マヨネーズ(全卵型) パン粉(乾燥) スナック(モルスタック) 水稲穀粒(精白米)	青ピーマン(栗栗、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) グリンピース(冷凍) パナナ(生)	エネルギー: 564kcal タンパク: 28.5g 脂質: 21.9g	カルシウム: 275mg 食塩相当量: 0.6g
4木	麦茶 ゴマせんべい	八宝菜 花型卵 大学芋 みかん ご飯 玉ねぎ汁	牛乳 あんバターパン	鶏卵、むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵、全卵(生) 凍り豆腐、かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) さつまいも(焼、生) 水稲穀粒(精白米) あんパン 無塩バター	にんじん(根、皮つき、生) ほうれん草(生) プラックマツモやし(生) うんしゅうみかん、じょうゆ(単生、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 646kcal タンパク: 22.9g 脂質: 19.5g	カルシウム: 273mg 食塩相当量: 1.4g
5金	牛乳 動物 ビスケット	煮込みそうめん レバーのケチャップ煮 ブロッコリー いちご	ジョア(レモン) サラダせんべい	普通牛乳100 かつお節 鶏卵、むね(皮つき、生) 油揚げ ぶた、肝臓(生)	ビスケット(ソフト) そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油 マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だいこん(根、皮つき、生) はくさい(結球菜、生) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 535kcal タンパク: 22.2g 脂質: 16.5g	カルシウム: 425mg 食塩相当量: 1.8g
6土	ぶどう ジュース 卵ボーロ	クローッサンサンド ラックミー(バナナ) はっさく	ミルクプリン 青のりせんべい	まぐろ(焼、油漬、フレーク、ライト) プロセステーズ	ボーロ(衛生ボーロ) クローッサン マヨネーズ(全卵型) ミルクチョコレート 米菓(塩せんべい)	きゅうり(栗栗、生) はっさく	エネルギー: 562kcal タンパク: 12.2g 脂質: 22.8g	カルシウム: 45mg 食塩相当量: 1.1g
7日								
8月	牛乳 五穀 クラッカー	ブロッコリーシチュー 竹輪と厚揚げ煮 白菜のお浸し りんご ピラフ	ソファール (ストロベリー) おしゃぶりするめ	普通牛乳100 鶏卵、むね(皮つき、生) 脱脂粉乳 生揚げ、グラタン(えび、冷凍) いか加工品(するめ)	クラッカー(ソーダ) じゃがいも(焼、生) マカロニ(スパゲッティ(乾)) 車輪(三連輪) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 無塩バター	スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) はくさい(結球菜、生) リンゴ(生)	エネルギー: 486kcal タンパク: 20.7g 脂質: 12.1g	カルシウム: 330mg 食塩相当量: 1g
9火	野菜生活 みかん	鶏肉のバーベキューソース ビーフンソテー ブロッコリー いちご ご飯 わかめスープ	ヤクルト ぼたぼた焼き	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) ベーコン(ローズ) かつお節	ビーフン オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ごま(白) 米菓(塩せんべい)	うんしゅうみかん、じょうゆ(単生、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) たらこ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) ほうれん草(生)	エネルギー: 399kcal タンパク: 11.7g 脂質: 10.2g	カルシウム: 77mg 食塩相当量: 0.7g
10水	なかよし プリン	白身魚のタルタルソース 青菜和え 大根煮 いよかん ご飯 白菜汁	牛乳 ピーナツパン	またら(生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(焼、生) 食パン(市販品) ちっかせい(ピーナツ)	きゅうり(栗栗、生) ごま(白)(栗栗、生) プラックマツモやし(生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん(根、皮つき、生) いよかん(砂じょう、生) はくさい(結球菜、生)	エネルギー: 460kcal タンパク: 19.3g 脂質: 15.6g	カルシウム: 219mg 食塩相当量: 1g
11木	建国記念日							
12金	麦茶 アスパラガス	ハヤシライス ポテトコロッケ 気になるジュース 小松菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) パン粉(1等) 薄力粉(1等) じゃがいも(焼、生) サフラワー油 ショートケーキ	たまねぎ(りん茎、生) トマト加工品(ピューレー) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ぶどう(凍結還元ジュース) ごま(白)(栗栗、生)	エネルギー: 520kcal タンパク: 14.3g 脂質: 17.3g	カルシウム: 171mg 食塩相当量: 1.2g
13土	ヤクルト 歌舞伎揚げ	メロンパン 牛乳 みかん	りんごゼリー えびの華	普通牛乳100	米菓(塩せんべい)	うんしゅうみかん、じょうゆ(単生、生)	エネルギー: 513kcal タンパク: 11.3g 脂質: 9.2g	カルシウム: 162mg 食塩相当量: 0.8g
14日								
15月	牛乳 バナナ	ボルシチ 笹かまの磯辺揚げ 白菜の塩昆布和え いちご 野菜ライス	スキムミルク クッキー	普通牛乳100 ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 生 豆 脱脂粉乳 普通牛乳	じゃがいも(焼、生) サフラワー油 プレミックス粉(てんぷら用) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) トマト缶詰(ホール) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) あおき(凍干し)	エネルギー: 471kcal タンパク: 16.1g 脂質: 15.5g	カルシウム: 258mg 食塩相当量: 1.6g
16火	麦茶 ばかうけ	焼肉 シーザーサラダ れんこんのきんぴら はっさく ご飯 かぶ汁	牛乳 マリービスケット	鶏卵、もも(皮つき、生) ハム(ローズ) 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵型) 車輪(三連輪) ごま(白) サフラワー油 水稲穀粒(精白米) 焼きふ(乾世ふ) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん茎、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(栗栗、生) レタス(結球菜、生) れんこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 433kcal タンパク: 14.8g 脂質: 16.6g	カルシウム: 145mg 食塩相当量: 1g
17水	ソファール (プレーン)	鮭のちゃんちゃ焼き 三色和え 金時豆 りんご ご飯 ベーコンスープ	牛乳 フルーツサンド	しろさけ(新巻、生) 米みそ(甘みそ) さき(金粒、乾) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100 ホイップクリーム(乳脂肪)	無塩バター 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球菜、生) ぶなしめじ(生) ごま(白)(栗栗、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)	エネルギー: 551kcal タンパク: 21.7g 脂質: 18.5g	カルシウム: 312mg 食塩相当量: 2.5g
18木	牛乳 ぱりんこ	じゃが芋のひき肉煮 厚焼き卵 ブロッコリー 甘夏 ご飯 春菊汁	ジョア (ブルーベリー) クラッカー	普通牛乳100 ぶた、ひき肉、生 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼、生) 車輪(三連輪) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) なつみかん(砂じょう、生) しゅんぎく(栗栗、生) えのきたけ(生)	エネルギー: 566kcal タンパク: 20.3g 脂質: 16.1g	カルシウム: 444mg 食塩相当量: 1.4g
19金	焼きそば チーズおにぎり 漬物	照り焼きチキン 野菜生活 フライドポテト フルーツヨーグルト 麦茶	ももゼリー 磯せんべい	鶏卵、もも(皮つき、生) プロセステーズ ヨーグルト(全脂無糖)	薄し中華めん じゃがいも(焼、生) サフラワー油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) ほうれん草(生) にんじん(根、皮つき、生) 乾燥わかめ(寒干し) きゅうり(栗栗、生) いちご(生)	エネルギー: 468kcal タンパク: 12.7g 脂質: 11.6g	カルシウム: 106mg 食塩相当量: 1g
20土	ヤクルト 卵サブレ	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 はっさく	フルーツジュース きなこせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	サブレ クリームサンド 緑豆はるまき(乾) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) テンゲンサイ(栗栗、生) はっさく	エネルギー: 563kcal タンパク: 15.4g 脂質: 17.6g	カルシウム: 219mg 食塩相当量: 1.3g
21日								
22月	牛乳 白い風船	野菜の豆乳煮込み 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリー いよかん ご飯	ソファール(プレーン) おつまみ昆布	普通牛乳1リットル ベーコン(ベーコン) 鶏卵、むね(皮つき、生) プロセステーズ	ウエハース 豆乳(調製豆乳) 車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球菜、生) かぶ(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) いよかん(砂じょう、生) ほうれん草(生)	エネルギー: 463kcal タンパク: 18.9g 脂質: 17.3g	カルシウム: 380mg 食塩相当量: 2g
23火	麦茶 みかん	ヒレカツ 干切キャベツ チーズ パナナ ご飯 大根汁	ヤクルト アンパンマン せんべい	ぶた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) プロセステーズ 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラワー油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	うんしゅうみかん、じょうゆ(単生、生) キャベツ(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 392kcal タンパク: 15.4g 脂質: 8.8g	カルシウム: 142mg 食塩相当量: 1g
24水	カルピス 星たべよ	さわらの照り焼き 和風ポテサラ ブロッコリー みかん ご飯 なめこ汁	牛乳 ワッフル	さわら(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐、かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	乳糖飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ワッフル(カスタードクリーム入り)	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(栗栗、生) 塩昆布 ブロッコリー(花序、生) うんしゅうみかん、じょうゆ(単生、生)	エネルギー: 425kcal タンパク: 17.7g 脂質: 13.6g	カルシウム: 173mg 食塩相当量: 1.3g
25木	オレンジ ジュース Caせんべい	五目昆布 野菜キッシュ さつま芋チップ いちご ご飯 みつ葉汁	牛乳 お好み焼き	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) だいず(水漬缶詰) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 グラタン(えび、冷凍) ベーコン(ベーコン)	パレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) さつまいも(焼、生) サフラワー油 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ほうれん草(栗栗、生) いちご(生) 糸みつば(栗栗、生) えのきたけ(生) キャベツ(結球菜、生) マヨネーズ(全卵型)	エネルギー: 441kcal タンパク: 13.1g 脂質: 13.1g	カルシウム: 213mg 食塩相当量: 1.5g
26金	ももゼリー	焼きうどん ウイナー 牛乳 たくあん りんご	野菜生活 ビスコ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) かつお節 ソーセージ(ウイナー) 普通牛乳100	うどん(ゆで) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん茎、生) 青ピーマン(栗栗、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) たくあん漬(塩漬、生) りんご(生)	エネルギー: 396kcal タンパク: 10.7g 脂質: 12.8g	カルシウム: 152mg 食塩相当量: 1.2g
27土	麦茶 醤油 せんべい	チョコサンド 厚揚げの中華煮 牛乳 はっさく	バナナ	生揚げ 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコレート	にんじん(根、皮つき、生) テンゲンサイ(栗栗、生) たけのこ(ゆで) はっさく(バナナ(生))	エネルギー: 461kcal タンパク: 14.4g 脂質: 12.6g	カルシウム: 228mg 食塩相当量: 1.1g
28日								
29月	ぶどう ジュース まがりせん	ピーンズカレー 小女子 牛乳 りんご ご飯	スキムミルク ウエハース	だいず(水漬缶詰) ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳100 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼、生) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) りんご(生)	エネルギー: 464kcal タンパク: 14.1g 脂質: 10.3g	カルシウム: 306mg 食塩相当量: 1.2g

給食MEMO

12日 お誕生会
19日 食堂ごっこ



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。

