

平成27年8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	加味量 食塩相当量
	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 土	牛乳 黒糖ミルク	エッグパン ラックミー(バナナ) グレープフルーツ	フルーツジュース ぱりんこ	普通牛乳100ml 糖類(全乳)生	大豆(大豆) ロールパン マヨネーズ(全卵製) フルーベリー(ジャム)	きゅうり(果実、生) レタス(結球菜、生) クラムフルーツ(砂ぼろ、生)	エネルギー: 514kcal タンパク: 16g 脂質: 14.9g	加味量: 161mg 食塩相当量: 1.3g
2 日								
3 月	牛乳 バナナ	春雨スープ 鶏肉のさっぱり煮 トマト オレンジ ご飯	アイス	普通牛乳100ml ベーコン(ベーコン) 砂糖、わか(戻つき、生)	大豆(大豆) 味噌(三温糖) 水稲穀類(精白米) ラクアイス(普通)	バナナ(生) チョコ(サイ(菓、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果実、生) パンシアオレンジ(生)	エネルギー: 381kcal タンパク: 13.8g 脂質: 14.5g	加味量: 179mg 食塩相当量: 0.8g
4 火	ミルクプリン	ヒレカツ レタスとえん スイカ ご 飯 なめこ汁	牛乳 パンキンパン	ふた太(鶏、生) 鶏肉(赤身、生) 鶏卵(全卵) 生) 絹ごし豆腐 かつお節 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	薄力粉(1等) パン粉(乾物) サフラン(黄) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀類(精白米) クリーム(生)	きゅうり(果実、生) しも(菓、生) わかめ(海藻、生) レタス(結球菜、生) すいか(果実、生) マヨネーズ(全卵製) 日本がほ(果実、生)	エネルギー: 362kcal タンパク: 19.3g 脂質: 11.8g	加味量: 151mg 食塩相当量: 0.7g
5 水	麦茶 青のりせんべい	焼き魚(鮭) マカロニサラダ ゴールデンキウイ ご飯 なめこ汁	クッキー なかよしヨーグルト	ペに(若生) ハム(ロース) フロースターズ 煎り豆 米のみそ(甘みそ)	小麦(小麦) マカロニスパスタ(乾) 卵黄(卵) 砂糖(白) 水稲穀類(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) きゅうり(果実、生) キウワフルーツ(生) ほろ(菓、生) なた(菓、生)	エネルギー: 404kcal タンパク: 17.2g 脂質: 12.2g	加味量: 129mg 食塩相当量: 0.9g
6 木	ジョア (ストロベリー) 苺き揚げ 苺き揚げ	肉じゃが 厚焼き卵 きゅうり漬け メロン ご飯 とろりんスープ	枝豆 野菜生活	ふた太(鶏) かつ(鶏身つき、生) かつお節 鶏卵 全卵(生)	大豆(大豆) 味噌(三温糖) 水稲穀類(精白米) じゃがいも(塊茎、生) しらす(生) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米) じゃがいも(塊茎、生) 大粒(生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) きゅうり(果実、生) メロン(温温(菓、生) なめこ(生) わかめ(海藻、生) 大粒(生)	エネルギー: 393kcal タンパク: 16g 脂質: 5.2g	加味量: 327mg 食塩相当量: 0.6g
7 金	ぶどうジュース リッツ	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 とうもろこし グレープフルーツ	ヤクルト えびせんべい	ベーコン(ベーコン) クリーム(生) 卵(植物性脂肪) ふた 肝臓(生) 普通牛乳100ml	ラッパカー(ソーダ) マカロニスパスタ(乾) 卵黄(卵) 砂糖(白) じゃがいも(塊茎、生) サラダクリーム(生)	たまねぎ(りん、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) 生) 大粒(生) キウワフルーツ(砂ぼろ、生)	エネルギー: 601kcal タンパク: 19.3g 脂質: 17g	加味量: 185mg 食塩相当量: 1.9g
8 土	麦茶 源氏パイ	チョコサンド 野菜ソテー 牛乳 オレンジ	ももゼリー きなこせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100ml	バナナ(生) 食パン(市販品) モルチン(生) オリーブ油 味噌(塩せんべい)	プロウ(りん、生) なた(菓、生) にんじん(根、皮つき、生) パンシアオレンジ(砂ぼろ、生)	エネルギー: 479kcal タンパク: 12.5g 脂質: 15.8g	加味量: 170mg 食塩相当量: 1.2g
11 日								
10 月	牛乳 星たべよ	枝豆シチュー 竹輪と凍り豆腐煮 スイカ ご飯	なかよしヨーグルト おしゃぶりするめ	普通牛乳100ml 砂糖、わか(戻つき、生) 焼肉(焼肉) 凍り豆腐(加工品) 生)	大豆(大豆) 味噌(三温糖) じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀類(精白米)	たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) 大粒(生) すいか	エネルギー: 383kcal タンパク: 17.5g 脂質: 10.8g	加味量: 240mg 食塩相当量: 0.8g
11 火	麦茶 バナナ	焼肉 ビーフソテー ゴールデンキウイ ご飯 青菜汁	ヤクルト うす焼きせんべい	ふた太(鶏) ロース(鶏身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 煎り豆 米のみそ(甘みそ)	ビーフ ソーランド 水稲穀類(精白米) 焼きそば(乾物) 味噌(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) キウワフルーツ(生) こま(菓、生)	エネルギー: 332kcal タンパク: 10.6g 脂質: 5.9g	加味量: 75mg 食塩相当量: 0.7g
12 水	りんごゼリー	カジキマグロの竜田揚げ ポキヤンパソ オレンジ ご飯 ベーコンスープ	牛乳 ソフトフランス ピーナツパン	めか(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100ml	大豆(大豆) 水稲穀類(精白米) 砂糖(白) じゃがいも(塊茎、生) ココアパウダー(生) ビーナツ(豆)	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) パンシアオレンジ(砂ぼろ、生) キウワフルーツ(生) なた(菓、生)	エネルギー: 511kcal タンパク: 19.3g 脂質: 16.4g	加味量: 162mg 食塩相当量: 2.1g
13 木	カルピス がんばん 野菜家族	オクラ入り五目納豆 さつまいもの甘煮 メロン ご飯 まいたけ汁	とうもろこし 野菜生活	豚肉(全部) 生) 糸状卵黄 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 米のみそ(甘みそ)	卵黄(卵) 砂糖(白) 味噌(甘みそ) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵製) さつまいも(菓、生) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米)	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) じゃがいも(塊茎、生) 大粒(生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル)	エネルギー: 301kcal タンパク: 9.7g 脂質: 5.5g	加味量: 68mg 食塩相当量: 0.6g
14 金	牛乳 ビスコ	冷やし豆腐 かぼちゃの甘煮 トマト スイカ	アイス	普通牛乳100ml かつお節 若鶏 もも(皮つき、焼)	ビスケット(ソフト) 豆腐(生) ひよこ(生) 車輪(三温糖) ラクアイス(普通)	梅干(生) 豆腐(生) にんじん(根、皮つき、生) 大粒(生) 日本がほ(果実、生) トマト(果実、生) すいか	エネルギー: 465kcal タンパク: 13.9g 脂質: 15.4g	加味量: 173mg 食塩相当量: 2.4g
15 土	リンゴジュース かりんとう	裏野菜カレー 小女子 牛乳 ご飯 グレープフルーツ	なかよしプリン 黒豆せんべい	ふた太(鶏) かつ(鶏身つき、生) いか(生) 普通牛乳100ml	かりんとう(菓) じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀類(精白米) 味噌(塩せんべい)	なた(菓、生) たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) グレープフルーツ(砂ぼろ、生)	エネルギー: 437kcal タンパク: 10.4g 脂質: 10.8g	加味量: 206mg 食塩相当量: 0.9g
16 日								
17 月	牛乳 バナナ	トマトスープ 青しその照り焼きチキン とうもろこし ご飯 オレンジ	スキムミルク 雲の里せんべい	普通牛乳100ml ベーコン(ベーコン) 砂糖、わか(戻つき、生) 脱脂粉乳 普通牛乳	ドレッシングタイプ和風調味料 味噌(塩せんべい)	バナナ(生) たまねぎ(りん、生) トマト(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) レタス(結球菜、生) しも(菓、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル)	エネルギー: 304kcal タンパク: 12.2g 脂質: 9.6g	加味量: 205mg 食塩相当量: 1.1g
18 火	麦茶 ミニサラダ せんべい	ミートボール ゴマ和え ゴールデンキウイ ご飯 じゃべつ汁	牛乳 フレンチトースト	ふた ひと(生) 凍り豆腐 鶏卵、全卵(生) かつお節 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	大豆(大豆) 味噌(塩せんべい) 車輪(三温糖) じゃがいも(塊茎、生) サラダクリーム(生) 水稲穀類(精白米) 食パン(市販品)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) きゅうり(果実、生) パンシアオレンジ(砂ぼろ、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) なた(菓、生)	エネルギー: 492kcal タンパク: 21.9g 脂質: 17.1g	加味量: 218mg 食塩相当量: 1.5g
19 水	果実ジュース 歌舞伎揚げ	カレイの煮付け カラフルサラダ メロン ご飯 ころも汁	クラッカー ジョア(ストロベリー)	煮付け(生) ハム(ロース) チーズ(生) マヨネーズ(全卵製) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米のみそ(甘みそ)	アサロ(100%) 薄切(生) 味噌(塩せんべい) 車輪(三温糖) フレンチドレッシング 水稲穀類(精白米) クラッカー(ソーダ)	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) じゃがいも(塊茎、生) 大粒(生) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米)	エネルギー: 390kcal タンパク: 17.6g 脂質: 4.8g	加味量: 335mg 食塩相当量: 1.1g
20 木	なかよし ヨーグルト	冷やし豆腐 気になるジュース フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	かつお節 鶏卵、全卵(生) まぐろ(焼) 醤油、プレー、ライ、普通牛乳100ml	うど(生) マヨネーズ(全卵製) ショートケーキ	わかめ(海藻、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) ぶどう(果実、生) 日本がほ(果実、生) パンシアオレンジ(生)	エネルギー: 445kcal タンパク: 12.9g 脂質: 15.7g	加味量: 226mg 食塩相当量: 0.5g
21 金	ヤクルト アスパラガス	親子煮 塩昆布揚げ バナナ ご飯 かつお汁	りんごゼリー コーンポタージュ せんべい	鶏肉、わか(戻つき、生) なた(菓、生) かつお節	大豆(大豆) 味噌(塩せんべい) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米) 焼きそば(乾物)	たまねぎ(りん、生) わかめ(海藻、生) 車輪(三温糖) にんじん(根、皮つき、生) キウワフルーツ(生) なた(菓、生)	エネルギー: 357kcal タンパク: 9.3g 脂質: 2.2g	加味量: 58mg 食塩相当量: 1.4g
22 土	麦茶 卵ボーロ	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 春雨サラダ 牛乳 ゴールデンキウイ	野菜生活 ぼかうけ	ハム(ロース) 普通牛乳100ml	ソー(生) コッペン、いち(生) マヨネーズ(全卵製) ソフトタイプ マーガリン 焼きそば(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 味噌(塩せんべい)	レタス(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) キウワフルーツ(生)	エネルギー: 398kcal タンパク: 10.8g 脂質: 9.2g	加味量: 164mg 食塩相当量: 1.2g
23 日								
24 月	牛乳 バナナ	豚汁 竹輪のカレー揚げ たくあん グレープフルーツ ご飯	なかよしヨーグルト 小魚アーモンド	普通牛乳100ml かつお節 米のみそ(甘みそ) かつお節 小魚(戻つき、生) かつお節 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	フランス粉(生) サラダクリーム(生) 水稲穀類(精白米) アーモンド(生) フライ、揚げ	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生)	エネルギー: 370kcal タンパク: 12.6g 脂質: 11.8g	加味量: 245mg 食塩相当量: 1g
25 火	麦茶 アンパン せんべい	畑のミートローフ 温野菜 メロン ご飯 コーンスープ	牛乳 ポテトのチーズ焼き	ふた ひと(生) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) かつお節 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	大豆(大豆) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀類(精白米) じゃがいも(塊茎、生)	たまねぎ(りん、生) わかめ(海藻、生) 車輪(三温糖) にんじん(根、皮つき、生) キウワフルーツ(生) なた(菓、生)	エネルギー: 322kcal タンパク: 14.1g 脂質: 10.3g	加味量: 168mg 食塩相当量: 0.7g
26 水	スポン まがり せんべい	たらのおろし煮 かぼちゃサラダ スイカ ご飯 なす汁	牛乳 クリームパン	ふた(生) たら(生) かつお節 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	車輪(三温糖) サラダクリーム(生) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) クリーム	たまねぎ(りん、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生)	エネルギー: 568kcal タンパク: 18.9g 脂質: 17.1g	加味量: 219mg 食塩相当量: 1.7g
27 木	なかよし プリン	ひじきの煮物 ニラ玉 きゅうり漬け オレンジ ご飯 かぼちゃ汁	野菜生活 ビスコ	ふた太(鶏) ロース(鶏身つき、生) かつお節 焼肉(焼肉) 焼肉(焼肉) 米のみそ(甘みそ) 普通牛乳100ml	車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米) ビスケット(ソフト)	じゃがいも(塊茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生) たらこ(魚、生)	エネルギー: 390kcal タンパク: 10.7g 脂質: 12g	加味量: 152mg 食塩相当量: 1g
28 金	オレンジ ジュース Caせんべい	シーフード焼きそば ウンナー 牛乳 とうもろこし グレープフルーツ	アイス	ベーコン(ベーコン) グラタン(生) ソーゼージ(ワインソー) 普通牛乳100ml	パンシアオレンジ(100%) 薄切(生) 味噌(塩せんべい) 車輪(三温糖) フレンチドレッシング 水稲穀類(精白米) ラクアイス(普通)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) キウワフルーツ(生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) なた(菓、生)	エネルギー: 412kcal タンパク: 11.6g 脂質: 16.3g	加味量: 182mg 食塩相当量: 1g
29 土	麦茶 動物ビスケット	甘バターサンド コーンサラダ 牛乳 バナナ	ジョア(プレーン) ぼたぼた焼き	ハム(ロース) プロセスチーズ 普通牛乳100ml	ビスケット(ソフト) クリームサンド マカロニスパスタ(乾) マヨネーズ(全卵製) 味噌(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) きゅうり(果実、生) バナナ(生)	エネルギー: 551kcal タンパク: 19.8g 脂質: 18.5g	加味量: 440mg 食塩相当量: 1.2g
30 日								
31 月	ももゼリー	ハッシュドポーク ペンタプルフライ 牛乳 レタス ご飯 オレンジ	スキムミルク ゴマせんべい	ふた太(鶏) かつ(鶏身つき、生) 普通牛乳100ml 脱脂粉乳 普通牛乳	サラダクリーム(生) 水稲穀類(精白米) 味噌(塩せんべい)	たまねぎ(りん、生) トマト(果実、生) マヨネーズ(全卵製) トマト(果実、生) スイートコーン(ホルカーネルスタイル) なた(菓、生)	エネルギー: 408kcal タンパク: 11.3g 脂質: 13g	加味量: 205mg 食塩相当量: 1g

給食MEMO
20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。

