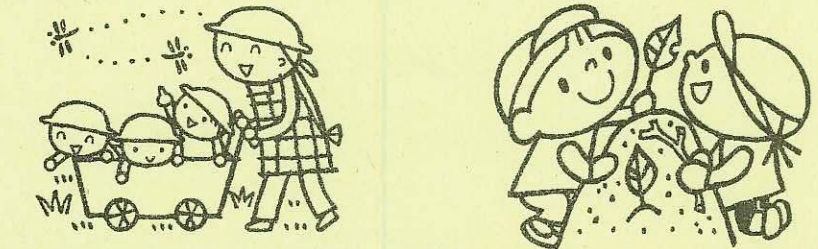


平成27年9月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			3歳未満児			栄養価
	朝間	昼食	昼間	あか	黄	みどり	
1 火	オレンジジュース 卵ボーロ	焼肉 ビーフンソテー グレープフルーツ ご飯 なめこ汁	牛乳 まがりせんべい	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	パレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) ポーロ(衛生ポーロ) ビーフン オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) にら(葉、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) なめこ(水素缶詰)	エネルギー：409kcal タンパク：14.9g 脂質：12.3g カルシウム：144mg 食塩相当量：0.8g
2 水	麦茶 梨	たらのフライ 三色和え パナナ ご飯 かぼちゃ汁	牛乳 チョコチップパン	またら(生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	薄力粉(1等) サラダ油 パン粉(乾燥) 水稲穀粒(精白米) 食パン(市販品) ミルクチョコレート	日本なし(生) こまつな(葉、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) パナナ(生) 日本かぼちゃ(果実、生)	エネルギー：434kcal タンパク：16.2g 脂質：10.8g カルシウム：183mg 食塩相当量：1.3g
3 木	牛乳 おこし	五目昆布 さつま芋キッシュ オレンジ ご飯 わかめスープ	ジョア(ストロベリー) チーズおにぎり	普通牛乳1リットル ふた大型種 ロース(脂身つき、生) だいず(水煮缶詰) 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ	はとむぎ(精白粒) 車輪(三連輪) さつまいも(焼根、生) 水稲穀粒(精白米) ごま(白)	まごころ(葉干し) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) 葉ねぎ(葉、生) わかめ(原産、生) 乾燥わかめ(乾燥)	エネルギー：447kcal タンパク：17.8g 脂質：8.8g カルシウム：494mg 食塩相当量：1g
4 金	カルピス アスパラガス	和風スパゲティ レパールのケチャップ煮 牛乳 梨	アイス	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) マカロン、スバゲッティ(乾) 無塩バター 米粉(じゃがいもでん粉) サラダ油	たまねぎ(りん蓋、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) あまのり(焼きのり) 日本なし(生)	エネルギー：440kcal タンパク：16.5g 脂質：9.1g カルシウム：137mg 食塩相当量：0.8g
5 土	麦茶 歌舞伎揚げ	ソフトフランスピーナツパン ジャーマンポテト 牛乳 ぶどう	マリービスケット フルーツジュース	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) コッペパン じゃがいも(焼根、生) 無塩バター ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん蓋、生) ほうれんそう(葉、生) ぶどう(生)	エネルギー：463kcal タンパク：12.2g 脂質：15.7g カルシウム：157mg 食塩相当量：1.4g
6 日							
7 月	リンゴジュース アンパンマン せんべい	きのこカレー 小女子 牛乳 福神漬け 梨 ご飯	スキムミルク きなこせんべい	菜鶏 むね(皮つき、生) いかなぎ(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(焼根、生) 水稲穀粒(精白米)	マッシュルーム(水素缶詰) ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん蓋、生) にんじん(根、皮つき、生) 福神漬 日本なし(生)	エネルギー：426kcal タンパク：12.5g 脂質：9.2g カルシウム：228mg 食塩相当量：1.4g
8 火	なかよし ヨーグルト	ハンバーグ 温野菜 ぶどう ご飯 かぶ汁	ヤクルト えびせんべい	ぶた ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵 全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節	ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん蓋、生) わかめ(原産、生) えのきたけ(生) キャベツ(結球葉、生) ぶどう(生) かぶ(根、皮つき、生)	エネルギー：400kcal タンパク：16.7g 脂質：11g カルシウム：187mg 食塩相当量：0.7g
9 水	麦茶 バナナ	焼き魚(鯉) さつま芋サラダ オレンジ ご飯 ニラ玉汁	牛乳 セサミパン	べにざけ(生) ハム(ロース) 鶏卵 全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	さつまいも(焼根、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) クリームパン ごま(白)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) にら(葉、生)	エネルギー：399kcal タンパク：18.1g 脂質：13g カルシウム：171mg 食塩相当量：0.8g
10 木	牛乳 ゴマクラッカー	秋ナスと豚肉のみそ炒め 花型卵 グレープフルーツ ご飯 大根汁	野菜生活 焼き芋	普通牛乳1リットル ふた大型種、もも(脂身つき、生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵(生) 油揚げ かつお節	クラッカー(ソーダ) ごま油 だん粉(じゃがいもでん粉) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(焼根、生)	なす(果実、生) たまねぎ(りん蓋、生) にんじん(根、皮つき、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー：426kcal タンパク：14.7g 脂質：10.9g カルシウム：202mg 食塩相当量：1g
11 金	ヤクルト ミニサラダ せんべい	きのこご飯 プリの照り焼き ほうれんそうのお浸し みそ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	若鶏 むね(皮つき、生) ぶり(成魚、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) ショートケーキ	まいたけ(生) ぶなしめじ(生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、生) ブラックマツタケ(生) 日本なし(生) ぶどう(生)	エネルギー：403kcal タンパク：13.9g 脂質：12.4g カルシウム：162mg 食塩相当量：0.6g
12 土	麦茶 白い風船	チョコサンド レタスソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	ウエハース 食パン(市販品) ミルクチョコレート オリーブ油	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん蓋、生) レタス(結球葉、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー：452kcal タンパク：12.8g 脂質：13.8g カルシウム：180mg 食塩相当量：1.2g
13 日							
14 月	牛乳 動物ビスケット	さつまいもシチュー 竹輪煮 きゅうり漬け バナナ ご飯	なかよしヨーグルト おつまみ昆布	普通牛乳100 菜鶏 むね(皮つき、生) 焼き竹輪	ビスケット(ソフト) じゃがいも(焼根、生) さつまいも(焼根、生) 車輪(三連輪) だん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん蓋、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) パナナ(生) 鶏み昆布	エネルギー：397kcal タンパク：11.7g 脂質：12.5g カルシウム：254mg 食塩相当量：1.1g
15 火	りんごゼリー	鶏のから揚げ ゴマ和え オレンジ ご飯 ベーコンスープ	クラッカー ジョア(マスカット)	若鶏 かも(皮つき、生) ベーコン(ベーコン)	サラダ油 ごま(白) 水稲穀粒(精白米) 緑豆(はるさめ(乾) クラッカー(ソーダ)	しょうが(根葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、生) ブラックマツタケ(生) にんじん(根、皮つき、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：432kcal タンパク：16.1g 脂質：13g カルシウム：315mg 食塩相当量：0.8g
16 水	ヤクルト がんばれ お魚家族	さんまの甘煮 ごぼうサラダ 梨 ご飯 みつ葉のかき玉汁	牛乳 ミルクリッチ	さんま(生) 若鶏 ささ身(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	米菓(甘せんべい) 車輪(三連輪) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) クリームパン	しょうが(根葉、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) レタス(結球葉、生) 日本なし(生) 糸みずば(葉、生) えのきたけ(生)	エネルギー：521kcal タンパク：19.8g 脂質：17.8g カルシウム：199mg 食塩相当量：1.5g
17 木	麦茶 梨	里芋の煮物 厚焼き卵 ぶどう ご飯 なす汁	リンゴジュース ぼたぼた焼き	若鶏 むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	車輪(三連輪) さつまいも(焼根、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	日本なし(生) にんじん(根、皮つき、生) ぶどう(生) なす(果実、生)	エネルギー：299kcal タンパク：8.3g 脂質：4.5g カルシウム：43mg 食塩相当量：0.7g
18 金	牛乳 Caせんべい	きつねうどん 塩昆布漬け じゃがバター バナナ	麦茶 おはぎ	普通牛乳100 かつお節 油揚げ ぶた大型種、かた(脂身つき、生) あずき(全粒、乾) きな粉(全粒大豆)	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) じゃがいも(焼根、生) 無塩バター 水稲穀粒(精白米) 車輪(三連輪)	塩菜ねぎ(葉、軟白、生) わかめ(原産、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布 きゅうり(果実、生) パナナ(生)	エネルギー：349kcal タンパク：12.4g 脂質：8.5g カルシウム：160mg 食塩相当量：1.1g
19 土	親子芋煮運動会						
20 日							
21 月	敬老の日						
22 火	国民の休日						
23 水	秋分の日						
24 木	ももゼリー	五目納豆 さつまいもの甘煮 オレンジ ご飯 青菜汁	スキムミルク うす焼きせんべい	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 削り節 米みそ(甘みそ) 脱脂粉乳 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼根、生) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) 焼きふ(乾) 米菓(塩せんべい)	塩菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) こまつな(葉、生)	エネルギー：345kcal タンパク：9.9g 脂質：4.4g カルシウム：138mg 食塩相当量：1.1g
25 金	麦茶 芭蕉揚げ	焼きそば ウィナー 牛乳 グレープフルーツ	ヤクルト 雪の宿せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) ワーゼン(ウィンナー) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん	あおさ(葉干し) たまねぎ(りん蓋、生) 青ゼーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：312kcal タンパク：10.2g 脂質：8.4g カルシウム：162mg 食塩相当量：0.8g
26 土	牛乳 エビタイム	クロワッサンサンド ラックミー(バナナ) 梨	なかよしプリン ゴマせんべい	普通牛乳1リットル まくら類密詰(油漬、フレーク、ライト) プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) クロワッサン マヨネーズ(全卵型) ミルクチョコレート	きゅうり(果実、生) レタス(結球葉、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：602kcal タンパク：16.1g 脂質：25.6g カルシウム：193mg 食塩相当量：1.3g
27 日							
28 月	牛乳 ビスコ	お月見汁風 笹かまの磯辺揚げ たくあん オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト コーンポタージュ せんべい	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 笹かま	ビスケット(ソフト) サラダ油 ブレミックス粉(てんぷら用) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、皮つき、生) 塩菜ねぎ(葉、軟白、生) だいこん(根、皮つき、生) あおさ(葉干し) たくあん漬(塩漬) たくあん漬(塩漬)	エネルギー：419kcal タンパク：12.3g 脂質：14.2g カルシウム：220mg 食塩相当量：1.3g
29 火	麦茶 梨	蒸し団子 青菜和え パナナ ご飯 コーンスープ	スポロン 星たべよ	ぶた、ひき肉、生 かつお節	水稲穀粒(精白米) ごま油 だん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべい)	日本なし(生) しょうが(根葉、生) たまねぎ(りん蓋、生) こまつな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生) スイートコーン缶詰(ホール)	エネルギー：402kcal タンパク：12.2g 脂質：7g カルシウム：62mg 食塩相当量：0.5g
30 水	ミルクプリン	カツオの竜田揚げ 千切キャベツ ぶどう ご飯 春菊汁	牛乳 ツナコーンパン	かつお節(骨切り、生) 鶏卵 全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳100 まくら類密詰(油漬、フレーク、ライト) プロセスチーズ	だん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油 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) しょうが(根葉、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶどう(生) しゅんぎく(葉、生) スイートコーン缶詰(ホール)	エネルギー：405kcal タンパク：19.7g 脂質：14.4g カルシウム：175mg 食塩相当量：1.2g

給食MEMO
11日 お誕生会
19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。

