

平成29年3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 水	ミルミル 醤油せんべい	鮭のムニエル かぼちゃサラダ 白菜汁 菜の花のお浸し はっさく ご飯	牛乳 ソフトフランス (あんバターパン)	ヨーグルト(ドリンクタイプ) しらす(新巻き、生) クリーム(乳糖除・植物性脂肪) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 無塩バター 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(焼き、生) 水稲穀粒(精白米) あんパン	たまねぎ(りんご、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) はくさい(結球菜、生) なずな(葉、生) はっさく(乾燥、生)	エネルギー: 674kcal タンパク: 24g 脂質: 19.3g	カルシウム: 298mg 食塩相当量: 2.4g
2 木	りんごゼリー	ひじきの煮物 スクラブルエッグ ましたけ汁 ご飯 チーズ ポンカン	牛乳 クッキー	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) 黄たいす(水菜缶詰) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) プロセスチーズ 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 無塩バター 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(焼き、生) 水稲穀粒(精白米) あんパン	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) ましたけ(生) ほんかん(砂じょう、生)	エネルギー: 464kcal タンパク: 16.2g 脂質: 15.6g	カルシウム: 287mg 食塩相当量: 1.2g
3 金	スポロン ひなあられ	ひな祭りそうめん 鶏肉のさっぱり煮 キャベツ和え いちご	野菜生活 カップライス ひなケーキ	鶏肉、ひき肉(生) 若鶏、もも(皮つき、生) しらす(焼き) プロセスチーズ 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) そうめん ひやめい(乾) 車輪(三温糖) サウザンアイランドドレッシング 水稲穀粒(精白米) ショートケーキ	根菜おぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) フロウアー(花序、生)	エネルギー: 586kcal タンパク: 19.8g 脂質: 13.7g	カルシウム: 115mg 食塩相当量: 2.2g
4 土	牛乳 ほんち焼き	クロワッサンサンド 野菜サラダ ラックミー(バナナ) バナナ	なやよしプリン 歌舞伎揚げ	普通牛乳1リットル まぐろ缶詰(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 らっかせい(ピーナツバター) マヨネーズ(全卵型)	レタス(生) 鶏卵、全卵(生) きゅうり(果実、生) バナナ(生)	エネルギー: 719kcal タンパク: 18.2g 脂質: 30.7g	カルシウム: 191mg 食塩相当量: 1.4g
5 日								
6 月	果実ジュース アンパンマンやさしいビスケット	カレーの煮付け マセドアンサラダ 春菊汁 ご飯 はっさく	ソフール (ストロベリー) おつまみ昆布 スポロン えびせんべい	まがれい(生) ハム(ロース) 米みそ(甘みそ) かつお節	アセロラ(10%果汁入り飲料) ビスケット(ソフト) 車輪(三温糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイプ和風調味料(薄力粉(1等) 無塩)	しょうが(根茎、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(果実、生) ひじき(ほしひじき) しんじゆ(果実、生)	エネルギー: 443kcal タンパク: 15.9g 脂質: 8.5g	カルシウム: 254mg 食塩相当量: 1.5g
7 火	牛乳 きなこせんべい	照り焼きチキン ナムル きやべつ汁 ご飯 さつま芋チップ いちご	牛乳 スポロン	普通牛乳1リットル 鶏卵、もも(皮つき、生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) ごま油 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) サフラワー油(ハイオレリック)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) あずな(葉、生) キャベツ(結球菜、生) はっさく(乾燥、生)	エネルギー: 507kcal タンパク: 16.8g 脂質: 15.6g	カルシウム: 212mg 食塩相当量: 1g
8 水	飲むヨーグルト バナナ	タラのスパイス揚げ 青菜和え みつ葉のかき玉汁 ご飯 はっさく	牛乳 蒸しパン	ヨーグルト(ドリンクタイプ) まだら(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100 普通牛乳 ナチュラールチーズ(エダム)	プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油(ハイオレリック) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用)	バナナ(生) こまつな(葉、生) フラックマツペ(生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) えのき(生) たけのこ(水菜缶詰)	エネルギー: 496kcal タンパク: 18.6g 脂質: 11.7g	カルシウム: 325mg 食塩相当量: 0.9g
9 木	ミルクプリン	ちらし寿司 マグロの竜田揚げ すまし汁 水菜サラダ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	鶏卵、全卵(生) (ろまぐろ(赤身、生) 絹ごし豆腐 かつお節 ハム(ロース) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) ごま(白) きくいも(塊茎、生) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレリック) 焼きそば(乾) ドレッシングタイプ(薄力粉(1等) 無塩)	さやいんげん(若豆、生) にんじん(根、皮つき、生) あまのり(焼きのり) かんぴょう(乾) にんにく(りんご、生) しょうが(根茎、生) わかめ(葉菜、生) あさひ(葉、生)	エネルギー: 477kcal タンパク: 22.1g 脂質: 15.3g	カルシウム: 245mg 食塩相当量: 1g
10 金	麦茶 磯せんべい	カレーうどん コールスローサラダ 牛乳 チーズ デコボン	ジョア (ブルーベリー) ガンバターパン	かつお節 ふた大型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) マヨネーズ(全卵型) クリームパン	にんじん(根、皮つき、生) たらこ(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) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球菜、生)	エネルギー: 547kcal タンパク: 21.2g 脂質: 19.1g	カルシウム: 535mg 食塩相当量: 2.6g
11 土	麦茶 黒糖ミルク	チョコサンド 八宝菜 牛乳 オレンジ	りんごゼリー 青のりせんべい	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 食パン ミルク チョコレート オリブ油	はくさい(結球菜、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) たけのこ(水菜缶詰) チンゲンサイ(葉、生) 乾したけ(乾) パンシシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 490kcal タンパク: 14.5g 脂質: 13.6g	カルシウム: 186mg 食塩相当量: 1.3g
12 日								
13 月	牛乳 卵サブレ	中華スープ 厚揚げのみそ焼き 菜の花和え ご飯 いよかん	スキムミルク おしやぶりするめ	普通牛乳100 鶏肉、ひき肉(生) 揚げ 米みそ(淡色平みそ) 脱脂粉乳 普通牛乳、いよかん(するめ)	サブレ 緑豆はるめ(乾) 車輪(三温糖) スナック(コーンスナック)	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) チンゲンサイ(葉、生) 根菜おぎ(葉、軟白、生) しんじゆ(果実、生)	エネルギー: 297kcal タンパク: 14.8g 脂質: 10.1g	カルシウム: 262mg 食塩相当量: 1.4g
14 火	ぶどうゼリー	ミートボール 温野菜 ニラ汁 ご飯 水餃子 ポンカン	ミルミル 手作りクッキー	ふた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) まぐろ缶詰(油漬、フレーク、ライト) かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) ヨーグルト(ドリンクタイプ) ハム(ロース) プロセスチーズ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレリック) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) 無塩	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(海藻、生) ブロッコリー(花序、生) 根菜おぎ(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) きゅうり(果実、生) たけのこ(水菜缶詰)	エネルギー: 706kcal タンパク: 25.4g 脂質: 26.5g	カルシウム: 226mg 食塩相当量: 1.7g
15 水	ヤクルト アスパラガス	焼き魚(鮭) マカロニサラダ 大根汁 ご飯 大学芋 いちご	牛乳 ビスコ	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニ(生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) こま(白)	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) だじこ(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) こまつな(葉、生)	エネルギー: 502kcal タンパク: 17.9g 脂質: 14g	カルシウム: 206mg 食塩相当量: 1.3g
16 木	フルーツ ジュース 卵 ポーロ	五目昆布 野菜キッシュ もずくスープ ご飯 まんじゅうの天ぷら はっさく	牛乳 フルーツサンド	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) 黄たいす(水菜缶詰) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100 ホイップクリーム(乳糖除)	ポーロ(衛生ポーロ) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(てんぷら用) まんじゅう(蒸し) ロールパン	たまご(黄身) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ほうれん草(葉、連年平均、生) もずく(海藻、種抜き) 根菜おぎ(葉、軟白、生) はっさく(乾燥、生)	エネルギー: 565kcal タンパク: 15.7g 脂質: 14g	カルシウム: 238mg 食塩相当量: 1.4g
17 金	牛乳 バナナ	焼きそば 小松菜和え 中華スープ デコボン	気になる野菜 ばかうけ	普通牛乳100 ふた大型種、かた(脂身つき、生) かつお節	蒸し中華めん 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) あおさ(葉干し) 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) キャベツ(結球菜、生) こまつな(葉、生) のり(乾燥、生)	エネルギー: 339kcal タンパク: 10.2g 脂質: 6.7g	カルシウム: 175mg 食塩相当量: 0.7g
18 土	食べるジョア	★★卒園式★★ 菓子袋					エネルギー: 340kcal タンパク: 7.2g 脂質: 12.7g	カルシウム: 132mg 食塩相当量: 0.5g
19 日								
20 月								
21 火	ソフール	☆さくら組リクエスト献立☆ ~楽しみにしていてくださいね~	牛乳 ミニメロンパン	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	じゃがいも(塊茎、生) サフラワー油(ハイオレリック)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) がなめし(生) しょうが(根茎、生) にんにく(りんご、生) なずな(葉、生) いちご	エネルギー: 602kcal タンパク: 25.4g 脂質: 25.1g	カルシウム: 428mg 食塩相当量: 1.5g
22 水	牛乳 まがりせんべい	焼肉 ビーフソテー わかめスープ ご飯 茹でアスパラ りんご	麦茶 おはぎ	普通牛乳1リットル ふた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 あずき(全粒、乾) きな粉(全粒大豆、黄大豆)	米菓(塩せんべい) ビーフン オリーブ油 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) 車輪(三温糖)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(海藻、生) アスパラガス(茎、生) りんご(皮むき)	エネルギー: 497kcal タンパク: 18g 脂質: 13.9g	カルシウム: 153mg 食塩相当量: 0.8g
23 木	スポロン いちご	酢豚 花型卵 ほうれん草汁 ご飯 菜の花のお浸し みかん	牛乳 動物ビスケット	ふた大型種、かた(脂身つき、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(ハイオレリック) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	いちご(生) 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) たけのこ(水菜缶詰) ほうれん草(葉、連年平均、生) えのき(生)	エネルギー: 510kcal タンパク: 15g 脂質: 16.7g	カルシウム: 231mg 食塩相当量: 1.2g
24 金	麦茶 Caせんべい	クリームスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 レタス ポンカン	ジョア (ブルーベリー) ホットケーキ	普通牛乳100 クリーム(乳糖除・植物性脂肪) ベーコン(ベーコン) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) マカロニ(生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) こま(白)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) がなめし(生) エリンギ(生) レタス(生) 根菜おぎ(葉、軟白、生) ほんかん(砂じょう、生)	エネルギー: 684kcal タンパク: 25.4g 脂質: 24.3g	カルシウム: 469mg 食塩相当量: 1.3g
25 土	牛乳 白い風船	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 豆乳スープ デコボン	バナナ	普通牛乳100	カスタードクリーム(乳糖除) いちご(生) シヤム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) 豆乳(調整豆乳)	たまねぎ(りんご、生) キャベツ(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) ほんかん(砂じょう、生) バナナ(生)	エネルギー: 447kcal タンパク: 13.4g 脂質: 13.5g	カルシウム: 185mg 食塩相当量: 1.1g
26 日								
27 月	牛乳 芭蕉揚げ	春キャベツシチュー 揚げ出し豆腐 茹でアスパラ はっさく ピラフ	ソフール(プレーン) 小魚アーモンド	普通牛乳100 皮鶏、むね(皮つき、生) 凍り豆腐(乾) グラタン(えび、冷凍) いかなご(あめ煮)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレリック) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) アーモンド(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) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) はっさく(砂じょう、生)	エネルギー: 517kcal タンパク: 22.2g 脂質: 18.4g	カルシウム: 403mg 食塩相当量: 1g
28 火	麦茶 みかん	ふわふわ鶏から揚げ 小松菜のゴマ和え 凍り豆腐汁 ご飯 ポンカン	牛乳 フレンチトースト	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 凍り豆腐(乾) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	サフラワー油(ハイオレリック) ごま(白) 水稲穀粒(精白米) 食パン 車輪(三温糖)	うんしゅうみかん(じょうろ(果、生) しょうが(根茎、生) にんにく(りんご、生) こまつな(葉、生) えのき(生) たけのこ(水菜缶詰) にんじん(根、皮つき、生) がなめし(生)	エネルギー: 431kcal タンパク: 19.4g 脂質: 14.7g	カルシウム: 252mg 食塩相当量: 0.9g
29 水	ジョア (ストロベリー) お野菜チップス	ブリの照り焼き ポテトサラダ アスパラスープ ご飯 菜の花のお浸し デコボン	牛乳 ミルクリッチ	ぶり(成魚、生) まぐろ缶詰(油漬、フレーク、ライト) ナチュラールチーズ(エダム) はんぺん 普通牛乳100	ポテトチップス(ポテトチップス) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	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) アスパラガス(茎、生) なずな(葉、生) ほんかん(砂じょう、生)	エネルギー: 641kcal タンパク: 26.1g 脂質: 22.3g	カルシウム: 478mg 食塩相当量: 1.7g
30 木	豆乳 源氏パイ	五目納豆 さつまいもの甘煮 なめこ汁 ご飯 ブロッコリー いちご	パフェプリン 麦茶	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ホイップクリーム(乳糖除)	リーフパイ マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) カスタードクリーム(乳糖除) ミルクチョコレート	根菜おぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(水菜缶詰) 糸みつば(葉、生) ブロッコリー(花序、生) いちご(生) うんしゅうみかん(じょうろ(果、生))	エネルギー: 501kcal タンパク: 15.3g 脂質: 18g	カルシウム: 92mg 食塩相当量: 0.7g
31 金	果実ジュース あじー番	焼きうどん 笹かまの磯辺揚げ 牛乳 バナナ	ミルミル アスパラガス	ふた大型種、かた(脂身つき、生) かつお節 笹かま 普通牛乳100 ヨーグルト(ドリンクタイプ)	アセロラ(10%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) サフラワー油(ハイオレリック) プレミックス粉(てんぷら用)	あおさ(葉干し) 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) バナナ(生)	エネルギー: 430kcal タンパク: 14.9g 脂質: 9.7g	カルシウム: 239mg 食塩相当量: 1.6g

給食MEMO

- 9日 お誕生会
- 18日 卒園式
- 21日 リクエスト献立

1歳6ヶ月未満の子は、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。

