

平成28年5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	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 日							
2 月	牛乳 ビスコ	けんちん汁 揚げ出し豆腐 茹でアスパラ ご飯 オレンジ	スキムミルク サラダせんべい 柏餅	普通牛乳100 油揚げ かつお節 ぶた大根種 かつお大根(鶏身つき、生) 菜の花(生) 凍り豆腐(乾) 脱脂粉乳 普通牛乳	ビスケット(ソフト) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレイック) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 菜葉(塩せき)	たいこん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) なぎさき(さい) (葉、生) こぼろ(根、生) アスパラガス(若葉、生) バルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 643kcal タンパク: 20.4g 脂質: 18.6g ナトリウム: 337mg 食塩相当量: 1.1g
3 火	憲法記念日						
4 水	みどりの日						
5 木	子どもの日						
6 金	なかよしプリン	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 レタス パナナ	ジョア(プレーン) かぼちゃ団子	ぶた大根種 かつお(鶏身つき、生) 若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳100 脱脂粉乳 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	蒸し中華めん 車輪(三温糖) 薄力粉(1等) でん粉(じゃがいもでん粉)	あおさ(葉、生) たまねぎ(りん、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生)	エネルギー: 606kcal タンパク: 26.7g 脂質: 13.6g ナトリウム: 581mg 食塩相当量: 0.7g
7 土	ヤクルト 芭蕉揚げ	チョコサンド 春雨ソテー 牛乳 オレンジ	ももゼリー えびの華	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 食パン ミルク チョコレート 練豆はるさめ(乾) オリブ油	アスパラガス(若葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、適年平均、生) ハルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 504kcal タンパク: 13.1g 脂質: 11.2g ナトリウム: 199mg 食塩相当量: 1.4g
8 日							
9 月	牛乳 動物ビスケット	マカロニシチュー 長い芋のそぼろ煮 きゅうり漬け バナナ ご飯	なかよしヨーグルト プレーン	普通牛乳100 若鶏、むね(皮つき、生) 鶏肉、ひき肉(生)	ビスケット(ソフト) マカロニス(パセリ) (乾) じゃがいも(増産、生) なぎさき(根、生) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若葉、生) にんじん(根、皮つき、生) 投網ねぎ(葉、軟白、生) きゅうり(果実、生)	エネルギー: 441kcal タンパク: 11.7g 脂質: 11.7g ナトリウム: 218mg 食塩相当量: 0.4g
10 火	麦茶 バナナ	チキンカツ 千切キャベツ 玉ねぎ汁 ご飯 金時豆 オレンジ	スポロン ぱりんこ	鶏胸肉、全卵(生) 若鶏、むね(皮つき、生) かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾)	パン粉(生) 薄力粉(1等) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) さやいんげん(若さや、生) ハルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 414kcal タンパク: 15.1g 脂質: 5.7g ナトリウム: 86mg 食塩相当量: 1.8g
11 水	ジョア (ストロベリー) 青のりせんべい	焼き魚(鮭) アスパラサラダ まいたけ汁 ご飯 バナナ	牛乳 ピザトースト	べにざけ(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 ナチュラチーズ(パルメザン) ベーコン(ベーコン)	米菓(塩せんべい) フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) ロールパン	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) アスパラガス(若葉、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) パナナ(生) たまねぎ(りん、生) フライパン(生)	エネルギー: 466kcal タンパク: 21.7g 脂質: 11.2g ナトリウム: 463mg 食塩相当量: 1.2g
12 木	麦茶 アンパンマン せんべい	ひじきの煮物 厚焼き卵 春雨スープ ご飯 グレープフルーツ	牛乳 蒸しパン	ぶた大根種 かつお(鶏身つき、生) 黄大豆(水素化) 焼き竹輪 鶏胸肉、全卵(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) 練豆はるさめ(乾) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) サラダ油(ハイオレイック)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) チンゲン菜(葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) グレープフルーツ(果肉種、生)	エネルギー: 309kcal タンパク: 11.2g 脂質: 7.8g ナトリウム: 197mg 食塩相当量: 1.2g
13 金	野菜生活 味しらべ	たけのこご飯 プリの照り焼き きゃべつ汁 小松菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	鶏胸、むね(皮つき、生) かつお節 油揚げ いんげんまめ(全粒、乾) ぶり(成魚、生) 凍り豆腐(乾) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖) ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) たけのこ(水素化) キャベツ(結球葉、生) こまつな(葉、生) えのきたけ(生) キウイフルーツ(果肉種、生) バルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 480kcal タンパク: 19g 脂質: 16.2g ナトリウム: 224mg 食塩相当量: 1g
14 土	りんごゼリー	ピーナツサンド ポテトのカレー炒め 牛乳 オレンジ	ヤクルト まがりせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	食パン ちんぱい(ピーナツバター) じゃがいも(増産、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) ハルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 471kcal タンパク: 14.2g 脂質: 14.3g ナトリウム: 179mg 食塩相当量: 1.2g
15 日							
16 月	牛乳 ハッピータン	肉団子スープ 治部煮 グレープフルーツ ご飯	スキムミルク がんばれ野菜家族	普通牛乳100 鶏肉、ひき肉(生) 若鶏、むね(皮つき、生) 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 練豆はるさめ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) しょうが(根、生) チンゲン菜(葉、生) たけのこ(ゆで) さやいんげん(若さや、生) グレープフルーツ(果肉種、生)	エネルギー: 388kcal タンパク: 12.5g 脂質: 10.6g ナトリウム: 244mg 食塩相当量: 1g
17 火	ソファール	畑のミートローフ マッシュサラダ コーンスープ ご飯 オレンジ	ジョア(プレーン) スイートポテト	ぶた大根種 かつお(鶏身つき、生) 鶏胸肉、全卵(生) 黄大豆(水素化) 鶏卵、ゆで ブロスチーズ ホイップクリーム(植物性脂肪)	じゃがいも(増産、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(増産、皮むき、生) 無塩バター 車輪(三温糖)	たまねぎ(りん、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) なつめかん(缶詰) スイートコーン缶詰(クリームタイプ)	エネルギー: 467kcal タンパク: 19.8g 脂質: 12.9g ナトリウム: 462mg 食塩相当量: 0.3g
18 水	カルピス 星たべよ	さわらのチーズフライ 小松菜のゴマ和え なめこ汁 ご飯 パナナ	牛乳 クリームパン	さわら(生) 鶏胸肉、全卵(生) ナチュラチーズ(エダム) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	乳脂肪飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 薄力粉(1等) パン粉(乾煎) サラダ油(ハイオレイック) こま(いり) 水稲穀粒(精白米) クリーム	こまつな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(水素化) パナナ(生)	エネルギー: 460kcal タンパク: 18.1g 脂質: 15.3g ナトリウム: 201mg 食塩相当量: 1.2g
19 木	豆乳 バナナ	八宝菜 花型卵 きゃべつ汁 ご飯 きゅうり漬け ゴールデンキウイ	牛乳 ゴマせんべい	ぶた大根種 かつお(鶏身つき、生) 鶏胸肉、全卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	豆腐(絹豆腐) オリブ油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) はい(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲン菜(葉、生) キャベツ(結球葉、生) きゅうり(果実、生) キウイフルーツ(果肉種、生)	エネルギー: 373kcal タンパク: 14.1g 脂質: 11.7g ナトリウム: 205mg 食塩相当量: 0.9g
20 金	麦茶 白い風船	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 レタス オレンジ	野菜生活 お好み焼き	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた大根種 ブロスチーズ かつお節 米(生)	ウエハース マカロニス(パセリ) (乾) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレイック) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) 赤ピーマン(果実、生) あなほし(生) 貴皮マン(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生)	エネルギー: 482kcal タンパク: 21.3g 脂質: 14.6g ナトリウム: 161mg 食塩相当量: 0.9g
21 土	合同遠足						
22 日							
23 月	麦茶 卵ボーロ	スタミナカレー 昆布キャベツ 牛乳 パナナ ご飯	ソファール (ストロベリー) ウエハース	ぶた大根種 かつお(鶏身つき、生) 普通牛乳100	ボーロ(衛生ボーロ) じゃがいも(増産、生) ウエハース	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) しょうが(根、生) 昆布(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布(バナナ)	エネルギー: 333kcal タンパク: 11.5g 脂質: 8.9g ナトリウム: 281mg 食塩相当量: 1.1g
24 火	麦茶 バナナ	ポテトコロッケ アスパラ和え 竹の子汁 ご飯 オレンジ	牛乳 甘バターサンド	普通牛乳100 鶏胸肉、全卵(生) ぶた大根種 かつお節 米みそ(甘みそ) 油揚げ 絹ごし豆腐	パン粉(生) 薄力粉(1等) じゃがいも(増産、生) サラダ油(ハイオレイック) フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) クリームサンド	バナナ(生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) アスパラガス(若葉、生) きゅうり(果実、生) たけのこ(水素化)	エネルギー: 475kcal タンパク: 17.2g 脂質: 18.2g ナトリウム: 292mg 食塩相当量: 0.8g
25 水	スポロン あまから せんべい	赤うおの煮魚 かぼちゃサラダ ニラ玉汁 ご飯 グレープフルーツ	ヤクルト じゃがもち	しらうお(生) まぐろ(刺身) 油揚げ フレーズ、ライト、鶏胸肉、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(甘せんべい) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(増産、生) 無塩バター でん粉(じゃがいもでん粉)	しょうが(根、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) なら(葉) グレープフルーツ(果肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 331kcal タンパク: 10.2g 脂質: 4.6g ナトリウム: 127mg 食塩相当量: 0.6g
26 木	ももゼリー	五目納豆 さつまいもの甘煮 ほうれん草汁 ご飯 バナナ	牛乳 チヨイス	焼き竹輪 鶏胸肉、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100	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(増産、皮むき、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、適年平均、生) えのきたけ(生) パナナ(生)	エネルギー: 429kcal タンパク: 11.2g 脂質: 11.7g ナトリウム: 171mg 食塩相当量: 0.7g
27 金	牛乳 きなこ せんべい	鶏なんばん 笹かまの磯辺揚げ 小松菜のお浸し ゴールデンキウイ	手作りプリン うす焼きせんべい	普通牛乳100 かつお節 若鶏、もも(皮なし、生) 笹かま 鶏胸肉、全卵(生) 普通牛乳1リットル	米菓(塩せんべい) そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレイック) プレミックス粉(てんぷら用) 車輪(三温糖)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん、生) 葉ねぎ(葉、生) あおさ(葉、生) こまつな(葉、生) キウイフルーツ(果肉種、生)	エネルギー: 404kcal タンパク: 15g 脂質: 8.9g ナトリウム: 164mg 食塩相当量: 2.7g
28 土	牛乳 リッツ	エッグパン いちごジャムパン ラックミー(バナナ) グレープフルーツ	バナナ	普通牛乳1リットル 鶏胸肉、全卵(生)	クラッカー(ソーダ) ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、高糖度)	きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) グレープフルーツ(果肉種、砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー: 524kcal タンパク: 16g 脂質: 15.9g ナトリウム: 159mg 食塩相当量: 0.9g
29 日							
30 月	牛乳 バナナ	チキンポトフ 卵の花 茹でアスパラ オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト がんばれ小魚家族	普通牛乳100 若鶏、もも(皮つき、生) おから(旧製法) 油揚げ 削り節 さつまいも	じゃがいも(増産、生) しらたき 車輪(三温糖) サラダ油(ハイオレイック) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん、生) にんじん(根、皮つき、生) プロローウ(花序、生) アスパラガス(若葉、生) ハルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 365kcal タンパク: 11.6g 脂質: 10.4g ナトリウム: 284mg 食塩相当量: 1.8g
31 火	ミルクプリン	焼肉 ピーフソテー わかめスープ ご飯 きゅうり漬け グレープフルーツ	麦茶 手作りまんじゅう	ぶた大根種、ロース(鶏身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 ゆで小豆 豆腐	ビーラン オリブ油 こま(いり) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) なら(葉、生) にんじん(りん、生) 葉ねぎ(葉、生) わかめ(原産、生) きゅうり(果実、生) グ	エネルギー: 245kcal タンパク: 9g 脂質: 6.9g ナトリウム: 84mg 食塩相当量: 0.4g

給食MEMO
13日 お誕生会
21日 合同遠足

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。

