

平成28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	
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとに なる	体の調子を整える		
1月	牛乳 うす焼き せんべい	トマトシチュー 長いものそぼろ煮 きゅうり漬け ご飯 メロン	ソファール (ストロベリー) 青のりせんべい	普通牛乳100 皮巻 ぶた(皮つき、生) 鶏肉、ひき肉(生)	米菓(塩せんべい) なまいも(糖漬、生) 車輪(三連輪) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米)	トマト缶詰(ホール、食塩無添加) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果実、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) きゅうり(果実、生) メロン(果実、生)	エネルギー: 397kcal タンパク: 14.1g 脂質: 6.8g	カルシウム: 272mg 食塩相当量: 0.9g
2火	ぶどう ジュース ハッピータン	鶏のから揚げ ゴマ和え コーンスープ トマト ご飯 パナナ	クラッカー チーズ ジョア(ピーチ)	鶏肉、もも(皮つき、生) プロセステーズ	米菓(塩せんべい) サフラワー油(ハイオレイック) ごま(白) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加)	エネルギー: 578kcal タンパク: 21.1g 脂質: 15.9g	カルシウム: 428mg 食塩相当量: 2.4g
3水	麦茶 バナナ	さばの味噌煮 ポテトサラダ 玉ねぎ汁 ご飯 スイカ	牛乳 クリームパン	まさば(生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(エダム) 煮干豆(乾) かつお節 普通牛乳100	車輪(三連輪) じゃがいも(糖漬、生) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) 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、食塩無添加) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 520kcal タンパク: 20.5g 脂質: 17.4g	カルシウム: 208mg 食塩相当量: 1.3g
4木	牛乳 味しらべ	ひじきの煮物 スクランブルエッグ 豆腐汁 ご飯 いんげん オレンジ	枝豆 気になる野菜 (マスカットキャベツ)	普通牛乳100 皮巻 ぶた(皮つき、生) フレーク、ライト クリーム(乳脂肪、動物性脂肪) ぶた 肝臓(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀粒(精白米)	ひじき(根、皮つき) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、皮つき) ぶな(根、皮つき) さやいんげん(若豆、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) えだ豆(生)	エネルギー: 450kcal タンパク: 18.4g 脂質: 12g	カルシウム: 233mg 食塩相当量: 1.1g
5金	ソファール (プレーン)	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 ゴールデンキウイ	スポン サラダせんべい	ベーコン(ベーコン) クリーム(乳脂肪、動物性脂肪) ぶた 肝臓(生) 普通牛乳100	マカロニス(パグエティ) 糖漬バター でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレイック) 車輪(三連輪) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) エリンギ(生) トマト(果実、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) ゴールデンキウイ	エネルギー: 500kcal タンパク: 18.7g 脂質: 14g	カルシウム: 311mg 食塩相当量: 1.9g
6土	麦茶 ウエハース	ピーナツサンド 春雨サラダ 牛乳 ぶどう	りんごゼリー コーンポタージュ せんべい	ハム(ロース) 普通牛乳100	ウエハース 食(生) らっかせい(ピーナツバター) 緑豆はるまぎ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せんべい)	レタス(生鮮野菜、糖漬、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) ぶどう(生)	エネルギー: 436kcal タンパク: 12.7g 脂質: 12.9g	カルシウム: 144mg 食塩相当量: 1.3g
7日								
8月	牛乳 白い風船	五目汁 笹かまの磯辺揚げ いんげんのごま和え ご飯 オレンジ	スキムミルク 手作りラスク	普通牛乳100 油揚げ 皮巻 ぶた(皮つき、生) 笹かま 脱脂粉乳 普通牛乳	ウエハース でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレイック) プレミックス粉(てんぷら用) らっかせい(白) 大粒糖 水稲穀粒(精白米)	ほうれんそう(葉、適年平均、生) こぼろ(根、生) だいこん(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) あおさ(葉、生) さやいんげん(若豆、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 507kcal タンパク: 17g 脂質: 17.1g	カルシウム: 274mg 食塩相当量: 1.3g
9火	野菜生活 アンパンマン せんべい	蒸し団子 温野菜 わかめスープ ご飯 ゴールデンキウイ	ピーチパパロア 磯せんべい	ぶた(皮つき、生) ぶた(皮つき、生) 鶏肉、もも(皮つき、生) 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) ごま油(生) でん粉(じゃがいもでん粉) ドレッシングタイプ和風調味料 車輪(三連輪)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) わかめ(海藻、生) プロウォー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(糖漬、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー: 490kcal タンパク: 13.7g 脂質: 16.9g	カルシウム: 83mg 食塩相当量: 0.6g
10水	牛乳 動物 ビスケット	鶏なんぼん 豚肉とナスのみそ炒め とうもろこし メロン	ジョア(プレーン) チョコパン	普通牛乳100 かつお節 鶏肉、もも(皮つき、生) ぶた(皮つき、生) 米みそ(甘みそ)	ビスケット(ソフト) そろめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) 車輪(三連輪) サフラワー油(ハイオレイック) チョココロネ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) なす(果実、生) 青ピーマン(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) メロン	エネルギー: 574kcal タンパク: 21.5g 脂質: 16.1g	カルシウム: 440mg 食塩相当量: 2.2g
11木	山の日							
12金	麦茶 Caせんべい	五目納豆 かぼちゃの甘煮 ほうれん草汁 ご飯 トマト スイカ	アイス	鶏さし揚げ 鶏肉、全卵(生) 糸引き納豆 プロセステーズ かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵製) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ラクトアイス(普通糖類)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果実、生) ほうれんそう(葉、適年平均、生) えのきたけ(生) トマト(果実、生)	エネルギー: 420kcal タンパク: 10.4g 脂質: 15.3g	カルシウム: 124mg 食塩相当量: 1.2g
13土	カルピス ゴマせんべい	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) コーンサラダ 牛乳 オレンジ	なかよしプリン 歌舞伎揚げ	ハム(ロース) 普通牛乳100	乳脂肪飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) コッペパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) 緑豆はるまぎ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料	レタス(生鮮野菜、糖漬、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 401kcal タンパク: 10.7g 脂質: 11g	カルシウム: 187mg 食塩相当量: 1.4g
14日								
15月	フルーツ ジュース 野菜家族	チーズカレーライス いんげんのピーナツ和え 牛乳 オレンジ	食べるジョア (ブルーベリー) きなこせんべい	プロセステーズ ぶた(皮つき、生) 普通牛乳100	米菓(甘せんべい) じゃがいも(糖漬、生) らっかせい(白) 大粒糖 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	ぶな(根、皮つき) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若豆、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 427kcal タンパク: 13.2g 脂質: 10g	カルシウム: 266mg 食塩相当量: 1.1g
16火	麦茶 黒糖ミルク	松風焼き キャベツ和え かぼちゃ汁 ご飯 スイカ	牛乳 とうもろこし	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 鶏肉、全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ごま(白) 車輪(三連輪) パン粉(糖漬) サツマイモ(糖漬) ドレッシング 水稲穀粒(精白米)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(糖漬、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(生)	エネルギー: 398kcal タンパク: 17.7g 脂質: 11g	カルシウム: 168mg 食塩相当量: 0.8g
17水	ヤクルト 芭蕉揚げ	タラの磯部揚げ 青菜和え ニラ玉汁 ご飯 トマト メロン	牛乳 ミルクリッチ	まだら(生) かつお節 鶏肉、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	あおさ(葉、生) こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) たら(生) トマト(果実、生) メロン(適量メロン、生)	エネルギー: 468kcal タンパク: 16.7g 脂質: 12g	カルシウム: 211mg 食塩相当量: 1g
18木	牛乳 バナナ	マーボナス 花型卵 オクラスープ ご飯 カリカリきゅうり ぶどう	アイス	普通牛乳100 ぶた(皮つき、生) 米みそ(甘みそ) 鶏肉、全卵(生)	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) ラクトアイス(普通糖類)	バナナ(生) なす(果実、生) たら(生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) オクラ(果実、生)	エネルギー: 446kcal タンパク: 12.1g 脂質: 17.9g	カルシウム: 221mg 食塩相当量: 1.2g
19金	ぶどうゼリー	冷やしうどん とうもろこし 麦茶 カルピスポンチ	牛乳 ケーキ	なるど かつお節 鶏肉、全卵(生) まぐら(魚油、生) フレーク、ライト 普通牛乳100	うどん(ゆで) マヨネーズ(全卵製) 乳脂肪飲料(乳製品) ショートケーキ	わかめ(海藻、生) レタス(生鮮野菜、糖漬、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) じゃがいも(糖漬、生)	エネルギー: 382kcal タンパク: 11g 脂質: 12.5g	カルシウム: 152mg 食塩相当量: 0.6g
20土	牛乳 ビスコ	ハンバーガー ラックミー(バナナ) オレンジ	ミルクプリン 雪の里せんべい	普通牛乳100 ぶた(皮つき、生) 鶏肉、全卵(生) プロセステーズ	ビスケット(ソフト) コッペパン 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) レタス(生鮮野菜、糖漬、生) きゅうり(果実、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 548kcal タンパク: 19.9g 脂質: 18.6g	カルシウム: 243mg 食塩相当量: 1.2g
21日								
22月	牛乳 卵ボーロ	コーンチャウダー ポークチャップ カリカリきゅうり ご飯 ゴールデンキウイ	なかよしヨーグルト えびの華	普通牛乳100 皮巻 ぶた(皮つき、生) ぶた(皮つき、生) かつお節	ボーロ(衛生ボーロ) 車輪(三連輪) サフラワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) 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(クリームスタイル) トマト(果実、生)	エネルギー: 408kcal タンパク: 12.5g 脂質: 10.4g	カルシウム: 216mg 食塩相当量: 0.8g
23火	麦茶 ばかうけ	焼肉 ビーフステーキ もずくスープ ご飯 トマト メロン	かぼちゃの蒸しパン 野菜生活	ぶた(皮つき、生) 鶏肉、全卵(生) ベーコン(ロース) かつお節 鶏肉、全卵(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) ビーフン オリーブ油 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(糖漬、生) たら(生) もずく(海藻、糖漬、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) トマト(果実、生) メロン(適量メロン、生)	エネルギー: 419kcal タンパク: 13.7g 脂質: 10.3g	カルシウム: 82mg 食塩相当量: 0.7g
24水	リンゴ ジュース ぱりんこ	ブリの照り焼き スパゲティサラダ なす汁 ご飯 金時豆 スイカ	牛乳 ムーンライトクッキー	ぶり(皮つき、生) ハム(ロース) 油揚げ 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) きざげ(全粒、乾) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニス(パグエティ) マヨネーズ(全卵製) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) きゅうり(果実、生) なす(果実、生) ずいか(葉、生)	エネルギー: 495kcal タンパク: 15.2g 脂質: 15.9g	カルシウム: 155mg 食塩相当量: 1.8g
25木	なかよし プリン	筑前煮 厚焼き卵 なめこ汁 ご飯 オレンジ	牛乳 焼きそばパン	鶏肉、もも(皮つき、生) 油揚げ 鶏肉、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 ぶた(皮つき、生)	車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) 鶏し中華めん サフラワー油(ハイオレイック) コッペパン	たけのこ(水漬缶詰) にんじん(根、皮つき、生) さやえんどう(若豆、生) こぼろ(根、生) なめこ(水漬缶詰) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 526kcal タンパク: 19g 脂質: 15.1g	カルシウム: 218mg 食塩相当量: 1.7g
26金	麦茶 バナナ	肉みそうどん 塩昆布漬け 牛乳 とうもろこし 梨	アイス	米みそ(甘みそ) ぶた(皮つき、生) かつお節 普通牛乳100	うどん(ゆで) でん粉(じゃがいもでん粉) ラクトアイス(普通糖類)	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(糖漬、生) 塩昆布 きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生)	エネルギー: 409kcal タンパク: 11.2g 脂質: 17.1g	カルシウム: 215mg 食塩相当量: 0.9g
27土	スポン がんばれ 小魚家族	甘バターサンド じゃがいもソテー 牛乳 ぶどう	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(甘せんべい) クリームサンド じゃがいも(糖漬、生) オリーブ油	エリンギ(生) ぶな(根、皮つき、生) ぶどう(生) バナナ(生)	エネルギー: 471kcal タンパク: 13.8g 脂質: 13.6g	カルシウム: 203mg 食塩相当量: 1.3g
28日								
29月	牛乳 マリー ビスケット	中華スープ 厚揚げのみそ焼き いんげん ご飯 ゴールデンキウイ	スキムミルク ぼたぼた焼き	普通牛乳100 鶏肉、ひき肉(生) 揚げ 米みそ(淡色みそ) 脱脂粉乳 普通牛乳	ビスケット(ソフト) 緑豆はるまぎ(乾) 車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀粒(精白米) いちご(ジャム、高糖度) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホール、食塩無添加) テンゲンサイ(葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー: 468kcal タンパク: 15.9g 脂質: 14.9g	カルシウム: 309mg 食塩相当量: 1.9g
30火	麦茶 星たべよ	照り焼きチキン ナムル わかめ汁 ご飯 トマト 梨	ジョア (ブルーベリー) 枝豆	鶏肉、もも(皮つき、生) 絹ごし豆腐 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)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) みずな(葉、生) わかめ(海藻、糖漬、生)	エネルギー: 438kcal タンパク: 21.8g 脂質: 10.5g	カルシウム: 336mg 食塩相当量: 0.9g
31水	なかよし ヨーグルト	カレイの煮付け 豆まめサラダ 小松菜汁 ご飯 ぶどう	牛乳 ミニメロンパン	ぶた(皮つき、生) 鶏肉、もも(皮つき、生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵製) さつまいも(糖漬、皮むき、生) 餅さぶ(糖漬) 水稲穀粒(精白米)	しょうが(根茎、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ひじき(戻し) きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生) ぶどう(生)	エネルギー: 504kcal タンパク: 17.9g 脂質: 12.6g	カルシウム: 262mg 食塩相当量: 0.9g

給食MEMO
19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。

