



平成28年9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 木	ヤクルト うす焼き せんべい	じゃが芋のひき肉煮 花型卵 大根汁 ご飯 ほうれんそうのお浸し 梨	野菜生活 味しらべ	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	エネルギー: 379kcal タンパク: 10.7g 脂質: 6.3g 加鈣ウム: 70mg 食塩相当量: 0.9g
2 金	牛乳 おこし	豚おろしそうめん 天ぷら きゅうり漬け ぶどう	アイス	普通牛乳100 かつお節 ぶた大型 種、かた(脂身つき、生)	はとむぎ(精白粒) そうめん、ひやむぎ (乾) 草糖(三温糖) プレミックス 粉(てんぷら用) ラクトアイス(普通脂肪)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) だいこん (根、皮つき、生) あまのり(焼きのり) なす(果実、生) 日本かぼちゃ (果実、生) きゅうり(果実、生) ぶどう (生)	エネルギー: 419kcal タンパク: 15.5g 脂質: 13g 加鈣ウム: 185mg 食塩相当量: 1.7g
3 土	麦茶 お野菜 チップス	チョコサンド マカロニサラダ 牛乳 ゴールデンキウイ	ぶどうゼリー 青のりせんべい	ラム(ローズ) プロセステーズ 普通 牛乳100	ポテトチップス(ポテトチップス) 食パン ミルクチョコレート マカロン(スバ ググティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	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) ゴールデンキウ イ	エネルギー: 488kcal タンパク: 13g 脂質: 16g 加鈣ウム: 192mg 食塩相当量: 1.5g
4 日							
5 月	麦茶 サブレ	チキンカレー トマト コーンスローサラダ 牛乳 ぶどう ご飯	食べるジョア (ブルーベリー) きなこせんべい	成鶏、むね(皮つき、生) ハム(ロー ス) 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) じゃがいも(塊茎、 生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒 (精白米) 米菓(塩せんべい)	ぶなしめじ(生) 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(ホールカーネルス タイル) きゅうり(果実、生) キャバ バツ	エネルギー: 447kcal タンパク: 12.2g 脂質: 14.5g 加鈣ウム: 225mg 食塩相当量: 1.1g
6 火	牛乳 バナナ	きのこハンバーグ 青菜和え コーンスープ ご飯 レタス 梨	スポロン ばかうけ	普通牛乳1リットル ぶた、ひき肉 (生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵 (生)	草糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめ じ(生) マッシュルーム(水稲穀粒) エリンギ(生) こまつな(葉、生) プ ロセステーズ	エネルギー: 421kcal タンパク: 16.1g 脂質: 10.5g 加鈣ウム: 232mg 食塩相当量: 0.7g
7 水	ぶどうゼ リー	白身魚のタルタルソース トマト 青菜和え なす汁 ご飯 ゴールデンキウイ	牛乳 ピザトースト	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛 乳100 ナチュラルチーズ(パルメザ ン) ベーコン(ベーコン)	でん粉(じゃがいもでん粉) サフラ ワール油(ハイオレイック) マヨネーズ (全卵型) 水稲穀粒(精白米) ロー ルパン	きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生) ブラックマッペもやし(生) にんじん (根、皮つき、生) なす(果実、生) ト マト(果実、生) ゴールデンキウイ 	エネルギー: 436kcal タンパク: 17.4g 脂質: 14.8g 加鈣ウム: 235mg 食塩相当量: 1.1g
8 木	ラックミー アスパラ ガス	治部煮 さつま芋キッシュ じゃが芋汁 ご飯 ブロッコリー オレンジ	ヤクルト 星たべよ	成鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵 (生) かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいも でん粉) 草糖(三温糖) さつまいも (塊根、皮むき、生) じゃがいも(塊 茎、生) 水稲穀粒(精白米) マヨ ネーズ	にんじん(根、皮つき、生) たけのこ (ゆで) さやいんげん(若さや、生) 糸みづ(葉、生) フロッキー(花 序、生) パンシヤオレンジ(砂じよ ん)	エネルギー: 587kcal タンパク: 17.8g 脂質: 11.5g 加鈣ウム: 57mg 食塩相当量: 0.8g
9 金	ジョア まがり せんべい	栗ご飯 鶏のから揚げ なめこ汁 干切キャベツ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘み そ) 鶏卵、全卵(生) 普通牛 乳100	米菓(塩せんべい) 日本ぐり(ゆで) 水稲穀粒(精白米) こまつな(葉、 生) 草糖(三温糖) サフラワール油(ハイオ レイック) ショートケーキ	しょうが(根茎、生) にんにく(りん 茎、生) なめこ(水稲穀粒) 根菜な ぎ(葉、軟白、生) キャベツ(結球 菜、生) にんじん(根、皮つき、生) え のきたけ(生) 日本かぼちゃ	エネルギー: 594kcal タンパク: 22.3g 脂質: 18.1g 加鈣ウム: 428mg 食塩相当量: 0.9g
10 土	麦茶 白い風船	ソフトフランスビーナツパン 春雨とひき肉のソテー 牛乳 バナナ	なかよしプリ ん うす塩せんべい	ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳100	ウエハース コッペパン らっかせい (ビーナツパン) 緑豆はるまき (乾) 米菓(塩せんべい)	チンゲンサイ(葉、生) にんじん(根、 皮つき、生) バナナ(生)	エネルギー: 451kcal タンパク: 13.2g 脂質: 13.4g 加鈣ウム: 193mg 食塩相当量: 1.2g
11 日							
12 月	牛乳 バーム ロール	お月見汁 竹輪煮 ご飯 小松菜のお浸し りんご	スキムミルク スイートポテト	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘 みそ) 鶏卵、全卵(生) 普通牛 乳100	バターケーキ 草糖(三温糖) でん粉 (じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白 米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 無塩バター	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう (根、生) 根菜なぎ(葉、軟白、生) だいこん(根、皮つき、生) さやいん げん(若さや、生) こまつな(葉、生) のり(焼きのり)	エネルギー: 427kcal タンパク: 12.4g 脂質: 13.8g 加鈣ウム: 261mg 食塩相当量: 0.9g
13 火	ソフール	チキンカツ キャベツ和え チンゲン菜スープ ご飯 ぶどう	牛乳 動物ビスケット	鶏卵、全卵(生) 成鶏、むね(皮つ き、生) ベーコン(ベーコン) 普通牛 乳100	パン粉(生) 薄力粉(1等) サフラ ワール油(ハイオレイック) サウザン アイランドレッシング 水稲穀粒(精白 米) ビスケット(ソフト)	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) チンゲンサ イ(葉、生) ぶどう(生)	エネルギー: 505kcal タンパク: 18.8g 脂質: 20.9g 加鈣ウム: 274mg 食塩相当量: 0.9g
14 水	ヤクルト 芋けんぴ	焼き魚(鮭) 和風ポテサラ かぶ汁 ご飯 金時豆 ゴールデンキウイ	牛乳 セサミパン	べにぎ(生) 焼き竹輪 米みそ(甘 みそ) かつお節 ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100	クラッカー(ソーダ) ごま(乾) じゃが いも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 焼きふ(乾世ふ) 水稲穀粒(精白米) 草糖(三温糖) クリームパン こま つな	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) 塩昆布 かぶ(根、皮つき、生) ゴールデンキウ イ	エネルギー: 535kcal タンパク: 22g 脂質: 13.4g 加鈣ウム: 216mg 食塩相当量: 1.5g
15 木	麦茶 バナナ	五目昆布 スクラブルエッグ 茄子の素揚げ きのこと汁 ご飯 梨	フルーツジュース ぼんち焼き	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) 黄たいす(水稲穀粒) 鶏卵、全卵 (生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ (甘みそ)	米菓(塩せんべい) 草糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	まこんぶ(葉干し) にんじん(根、皮 つき、生) こまつな(葉、生) オクラ(果 実、生) ぶなしめじ(ゆで) 日本なし (生)	エネルギー: 297kcal タンパク: 8.7g 脂質: 3.3g 加鈣ウム: 77mg 食塩相当量: 1.2g
16 金	野菜生活 歌舞伎揚げ	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 ほうれんそうの煮浸し ぶどう	ジョア(ブルーベリー) ぼたぼた焼き	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100 かつお節	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん 草糖(三温糖)	あおさ(葉干し) たまねぎ(りん茎、 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) ほうれんそう(葉、通年平 均)	エネルギー: 436kcal タンパク: 18.1g 脂質: 9.2g 加鈣ウム: 420mg 食塩相当量: 0.9g
17 土	親子芋煮運動会 						
18 日	敬老の日 						
19 月	秋分の日						
20 火	りんごゼ リー	焼肉 ビーフソテー トマトスープ ご飯 大根煮 梨	スキムミルク パンブキンパン	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) 鶏卵(生) 普通牛乳100 脱脂粉 乳 普通牛乳	ビーフン オリーブ油 水稲穀粒(精 白米) 草糖(三温糖) クリームパ ン	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球菜、生) にら(葉、生) たま ねぎ(りん茎、生) トマト(果実、生) レタス(土耕栽培、結球菜、生) だい こん(根、皮つき、生) 日本なし (生)	エネルギー: 441kcal タンパク: 16g 脂質: 10.8g 加鈣ウム: 134mg 食塩相当量: 1.1g
21 水	スポロン えび せんべい	さんまの甘煮 かぼちゃサラダ わかめ汁 ご飯 レタス ゴールデンキウイ	麦茶 おはぎ	さんま(皮つき、生) まぐろ類缶詰 (油漬、フレーク、ライト) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) あずき (全粒、乾) きな粉(全粒大豆、黄大 豆)	米菓(塩せんべい) 草糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精 白米)	しょうが(根茎、生) 日本かぼち (果実、生) にんじん(根、皮つき、 生) きゅうり(果実、生) わかめ(原 産、生) レタス(土耕栽培、結球 菜、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 447kcal タンパク: 13.5g 脂質: 9.4g 加鈣ウム: 95mg 食塩相当量: 0.9g
22 木	給食MEMO						
23 金	麦茶 梨	和風スパゲティ レパールのケチャップ煮 牛乳 じゃ がバター オレンジ	ジョア(マスカット) 手作りクレープ	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶ た、肝臓(生) 普通牛乳100 鶏卵、 全卵(生) 普通牛乳1リットル ホッ プクリーム(植物性脂肪)	マカロニ、スパゲティ(乾) でん粉 (じゃがいもでん粉) サフラワール 油(ハイオレイック) じゃがいも(塊 茎、生) 無塩バター プレミックス粉 (ホットケーキ用) 草糖(三温糖) ミルクチョコレート 無塩バ ター	日本なし(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピー マン(果実、生) ぶなしめじ(生) あま のり(焼きのり) エリンギ(生) パ ンシヤ(果実、生) ほうれんそう(葉、 生) 日本かぼち	エネルギー: 525kcal タンパク: 26.4g 脂質: 14.6g 加鈣ウム: 437mg 食塩相当量: 0.8g
24 土	牛乳 卵ボーロ	ビーナツクワッサンサンド 野 菜サラダ ラックミー(バナナ) ぶ どう	バナナ	普通牛乳1リットル まぐろ類缶詰(油 漬、フレーク、ライト) プロセステーズ	ボーロ(衛生ボーロ) クワッサン らっかせい(ビーナツクワッサン) マ ヨネーズ(全卵型)	レタス(土耕栽培、結球菜、生) き ゅうり(果実、生) ぶどう(生) バナ ナ(生)	エネルギー: 658kcal タンパク: 16.6g 脂質: 29.2g 加鈣ウム: 154mg 食塩相当量: 0.9g
25 日	給食MEMO						
26 月	牛乳 ビスコ	さつまいもシチュー 笹かま揚げ 里芋のみそ和え バナナ	ソフール(ストロベリー) コーンポタージュ せんべい	普通牛乳100 成鶏、むね(皮つき、 生) 笹かま 油揚げ 米みそ(甘み そ)	ビスケット(ソフト) じゃがいも(塊 茎、生) さつまいも(塊根、皮むき、 生) サフラワール油(ハイオレイック) プレミックス粉(てんぷら用) 草糖 (三温糖) さやいんげん(若さや、 生)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、 生) にんじん(根、皮つき、生) パ ナ(生)	エネルギー: 428kcal タンパク: 15.3g 脂質: 13.4g 加鈣ウム: 286mg 食塩相当量: 1g
27 火	カルピス 雪の宿 せんべい	鶏肉のパベキューソース ナムル パンプキンスープ ご飯 オレンジ	牛乳 バナナカップケーキ	若鶏、もも(皮つき、生) ホイップ クリーム(乳脂肪、植物性脂肪) 普通 牛乳100 鶏卵、全卵(生)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) こまつな(葉、生) 水稲穀粒 (精白米) プレミックス粉(ホットケ ーキ用) 草糖(三温糖) ミルクチョコ レート 無塩バ	たまねぎ(りん茎、生) ブラックマッ 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) にんにく(りん茎、生) 日本か ぼち	エネルギー: 419kcal タンパク: 12.4g 脂質: 14.5g 加鈣ウム: 170mg 食塩相当量: 1.5g
28 水	麦茶 りんご	カツオの竜田揚げ 小松菜のゴマ和え 大根汁 ご飯 かぶの甘みそ付け ぶどう	牛乳 玄米パン	かつお(養殖、生) 油揚げ 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 ワール油(ハイオレイック) こまつ(り) 水稲穀粒(精白米) 草糖(三温糖) 玄米パン	りんご(皮むき、生) にんにく(りん 茎、生) しょうが(根茎、生) こまつ な(葉、生) えのきたけ(生) にんじ ん(根、皮つき、生) だいこん(根、 皮つき、生)	エネルギー: 358kcal タンパク: 14.1g 脂質: 9.2g 加鈣ウム: 167mg 食塩相当量: 0.8g
29 木	なかよし プリン	五目納豆 さつまいもの甘煮 春 菊汁 ご飯 大根煮 梨	お好み焼き 野菜生活	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 系列き 納豆 プロセステーズ 米みそ(甘みそ) かつお節 さくらえび(煮干し) ベー コン(ベーコン)	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊 根、皮むき、生) 草糖(三温糖) 水 稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等)	根菜なぎ(葉、軟白、生) にんじん (根、皮つき、生) しゅんぎ(葉、生) えのきたけ(生) だいこん(根、皮 つき、生) 日本なし(生) キャベツ(結 球菜、生) フライドチキン(生)	エネルギー: 385kcal タンパク: 13.2g 脂質: 8.7g 加鈣ウム: 147mg 食塩相当量: 1.2g
30 金	牛乳 アンパン せんべい	きつねうどん 白菜の塩昆布和え チーズ りんご	食べるジョア (ブルーベリー) クラッカー	普通牛乳100 かつお節 油揚げ ぶ た大型種、かた(脂身つき、 生) プロセステーズ	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) ク ラッカー(ソーダ)	根菜なぎ(葉、軟白、生) わかめ(原 産、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球菜、生) 塩昆布 き ゅうり(果実、生)	エネルギー: 384kcal タンパク: 15.7g 脂質: 13g 加鈣ウム: 309mg 食塩相当量: 1.6g

給食MEMO
9日 お誕生会
17日 親子芋煮運動会

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。

