



平成28年11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 火	牛乳 動物ビスケット	ヒレカツ 千切キャベツ なめこ汁 ご飯 金時豆 みかん	ジョア(オレンジ) ポ レトのチーズ焼き	普通牛乳1リットル おた大根種 ヒレ 肉(生) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし 豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) さ きげ(全粒粒) プロセスチーズ ハ ム(ロース)	ビスケット(ソフト) 薄力粉(1等) パ ン粉(乾燥) サフラワー油(ハイオレ イック) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三 連輪) じゃがいも(焼菓、生) マヨ ネーズ(全卵型) ショートケーキ	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、 皮つき、生) なめこ(水素添加) 糸 みずな(葉、生) うんしゅうみかん- じょうのう(果生、生) スイートコー ン缶詰(ホールカーネルスタイル) ま い(乾燥、生) さつまいも(生)	エネルギー: 596kcal タンパク: 24.9g 脂質: 14.8g
2 水	なかよし プリン	タラのホイル焼き 春雨サラダ ほうれん草汁 ご飯 オレンジ	牛乳 チョコパン	またら(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	無塩バター 糖質はるまき(乾) ド レッシングタイプ和風調味料 さつま いも(焼菓、皮むき、生) 水稲穀粒 (精白米) チョココロネ	えのきたけ(生) ふなしめじ(生) に んじん(根、皮つき、生) キャベツ(結 球葉、生) レタス(生結球葉、結球 葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイ ートコーン缶詰(ホールカーネルス タイル) うんしゅうみかん-じょう のう(果生、生) パナナ(生)	エネルギー: 463kcal タンパク: 15.6g 脂質: 12.3g
3 木	文化の日 						
4 金	カルピス 歌舞伎揚げ	きのおこわ プリの照り焼き 菊餅汁 ポテトサラダ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	成麻 むね(皮つき、生) かつお節 油揚げ ぶり(成魚、生) 鶏卵 全卵 (生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) プロセスチーズ 普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三 連輪) じゃがいも(焼菓、生) マヨ ネーズ(全卵型) ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう (根、生) まいたけ(生) えのきたけ (生) しゅんく(葉、生) スイート コーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ま(乾燥、生) さつまいも(生)	エネルギー: 551kcal タンパク: 21.8g 脂質: 20.5g
5 土	牛乳 お野菜 チップス	ビーナツパン エッグサラダ ラックミー(バナナ) みかん	バナナ	普通牛乳1リットル 鶏卵 全卵(生)	ポテトチップス(ポテトチップス) ロー ルパン らつかせい(ビーナツパン) マヨネーズ(全卵型)	きゅうり(果実、生) レタス(生結球 葉、結球葉、生) うんしゅうみかん- じょうのう(果生、生) パナナ(生)	エネルギー: 758kcal タンパク: 22.8g 脂質: 27.5g
6 日							
7 月	牛乳 星たべよ	チーズハンバーグ ポイル野菜 まいたけ汁 ご飯 れんこんのきんぴら みかん	スキムミルク ビスコ	普通牛乳100 おた、ひき肉(生) 漬 り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) プロセ スチーズ まぐろ(焼魚) 油漬、フレ ク、ライト) かつお節 米みそ(甘み そ) 絹揚げ粉 普通牛乳	米菓(塩せんべい) パン粉(乾燥) 車輪(三連輪) ごま(生) ごま油 いちご(ジャム、高糖度) ビスケット (ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ (りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) スイートコー ン缶詰(ホールカーネルスタイル) ま い(乾燥、生) さつまいも(生)	エネルギー: 527kcal タンパク: 26.6g 脂質: 24.1g
8 火	フルーツ ジュース 羊けんび	ポークカレー 小女子 牛乳 ご飯 コールスローサラダ りんご	スポロン 味しらべ	ぶた大根種 かつお節(鶏身つき、 生) いか(生) 普通牛乳100 ハ ム(ロース)	羊かりんとう じゃがいも(焼菓、生) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべ い)	にんじん(根、皮つき、生) ふなしめ じ(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) たまねぎ(りん茎、生) パナナ(生)	エネルギー: 416kcal タンパク: 10.4g 脂質: 13.9g
9 水	麦茶 バナナ	赤うめ煮魚 ブロッコリーサラダ わかめスープ ご飯 りんご	牛乳 セサミパン	しらう(生) ベーコン(ベーコン) 普 通牛乳100	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 ムパン ごま(生)	にんじん(根、皮つき、生) わかめ(原 葉、生) はくさい(結球葉、生) たま ねぎ(りん茎、生) りんご(皮むき、 生)	エネルギー: 417kcal タンパク: 15.7g 脂質: 11g
10 木	牛乳 雪の宿 せんべい	切干大根 厚焼き卵 白菜汁 ご飯 大学芋 オレンジ	ジョア(プレーン) アップルパイ	普通牛乳1リットル さつま揚げ 油揚 げ かつお節 鶏卵 全卵(生) 米み そ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) 車輪(三連輪) じゃがいも(焼菓、生) 水稲穀粒(精 白米) さつまいも(焼菓、皮むき、生) ごま(生) はちみつ パイ皮	ゆず(生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、皮つき、生) こまつな(葉、 生) 乾しいたけ(乾) はくさい(結球葉、 生) パンシオオレンジ(粉じょう、生) り んご(皮むき、生)	エネルギー: 645kcal タンパク: 22.6g 脂質: 19.8g
11 金	ソフール (ストロ ベリー)	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 白菜のお浸し みかん	野菜生活 熟成サラダせんべい	ベーコン(ベーコン) クリーム(乳脂 肪、植物性脂肪) ぶた、肝臓(生) 普 通牛乳100	マカロニス(パスタ) 乾いも(焼菓、生) 無塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) サ ラワー油(ハイオレイック) 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) はくさい(結球葉、 生) にんじん(根、皮つき、生) うん しゅうみかん-じょうのう(果生、生)	エネルギー: 604kcal タンパク: 22.6g 脂質: 19.8g
12 土	ヤクルト アスパラガス	コーンパン 牛乳 みかん	ぶどうゼリー 雪の里せんべい	プロセスチーズ 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ロールパン マヨ ネーズ(全卵型)	スイートコーン缶詰(ホールカーネル スタイル) うんしゅうみかん-じょう のう(果生、生)	エネルギー: 507kcal タンパク: 13.5g 脂質: 13.1g
13 日							
14 月	牛乳 ビスコ	けんちん汁 厚揚げのみそ焼き ほうれん草の煮浸し ご飯 スイーティー	スキムミルク 手作りラスク	普通牛乳100 油揚げ かつお節 ぶ た大根種 かつお節(鶏身つき、生) 米みそ(甘みそ) 生揚げ 米みそ(淡 色辛みそ) 絹揚げ粉 普通牛乳	ビスケット(ソフト) サフラワー油(ハ イオレイック) 車輪(三連輪) 食パ ン(乾燥) グラニュー糖) オリブ油	だいこん(根、皮つき、生) にんじん (根、皮つき、生) なぎさき(生) エ (葉、生) ごぼう(根、生) 根菜類 (葉、乾白) ほうれん草(葉、生)	エネルギー: 503kcal タンパク: 21g 脂質: 21g
15 火	麦茶 みかん	鶏のから揚げ 小松菜のゴマ和え ニラ玉汁 ご飯 ふろふき大根 バナナ	果実ジュース ばかうけ	鶏胸肉(皮つき、生) 鶏卵 全卵 (生) かつお節 米みそ(甘みそ)	サラワー油(ハイオレイック) ごま (生) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三 連輪) アセロラ(10%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい)	うんしゅうみかん-じょうのう(果生、 生) しょうが(根、皮つき、生) にん じん(根、皮つき、生) こまつな(葉、 生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮 つき、生) ほうれん草(葉、生)	エネルギー: 442kcal タンパク: 14.5g 脂質: 13.1g
16 水	野菜生活 うす塩 せんべい	焼き魚(鮭) シーザーサラダ かぶ汁 ご飯 ブロッコリー スイーティー	牛乳 フルーツサンド	べにざけ(生) ハム(ロース) 米みそ (甘みそ) かつお節 普通牛乳100 ホイップクリーム	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵 型) 乾いも(焼菓、生) 水稲穀粒(精 白米) ロールパン	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) レタス(生結球 葉、結球葉、生) かぶ(根、皮つき、 生)	エネルギー: 524kcal タンパク: 21.5g 脂質: 15.1g
17 木	なかよし ヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 小松菜汁 ご飯 レタス オレンジ	牛乳 ぼたぼた焼き	ぶた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 鶏卵 全卵(生) かつお 節 普通牛乳100	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 焼きふ(乾豆) 水稲穀粒(精白米) 米 菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん (根、皮つき、生) しょうが(根、皮 つき、生) こまつな(葉、生) レタス (生結球葉、結球葉、生) パンシオ	エネルギー: 406kcal タンパク: 16.2g 脂質: 11.8g
18 金	牛乳 黒糖ミルク	焼きそば チーズ 中華スープ バナナ	ジョア (ブルーベリー) マリービスケット	普通牛乳100 おた大根種 かつ(鶏 身つき、生) プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) 薄力中巻めん ご ま油 ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結 球葉、生) にんじん(根、皮つき、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) はくさい(結球葉、生) スイート コーン缶詰(ホールカーネルスタイル)	エネルギー: 488kcal タンパク: 18.7g 脂質: 14.9g
19 土	お蒸かし 麦茶	納豆ご飯 大根汁 きゅうり漬け みかん	りんごゼリー コーンポタージュ せんべい	糸引き納豆 プロセスチーズ 油揚げ かつお節	水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべ い)	だいこん(根、皮つき、生) きゅうり (果実、生) うんしゅうみかん-じょう のう(果生、生)	エネルギー: 412kcal タンパク: 10.2g 脂質: 5.6g
20 日							
21 月	牛乳 アスパラガス	ポトフ 鶏肉のさっぱり煮 ご飯 ブロッコリー バナナ	ソフール(プレーン) ウエハース	普通牛乳100 ソーセージ(ウイン ナー) 若鶏、もも(皮つき、生)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼 菓、生) 車輪(三連輪) マヨネ ーズ(全卵型) ウエハース	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ (りん茎、生) にんじん(根、皮つき、 生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッ コリー(花序、生) パナナ(生)	エネルギー: 410kcal タンパク: 16.2g 脂質: 16.5g
22 火	麦茶 りんご	ハムカツ 温野菜 じゃが芋汁 ご飯 昆布煮 みかん	牛乳 甘バターパン	ラム(若鶏) 鶏卵 全卵(生) まぐ ろ(焼魚) 油漬、フレク、ライト) かつ お節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 100	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラ ワー油(ハイオレイック) ドレッシング タイプ和風調味料 じゃがいも(焼菓、 生) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三連 輪)	りんご(皮むき、生) わかめ(原葉、 生) ブロッコリー(花序、生) にんじ ん(根、皮つき、生) キャベツ(結球 葉、生) たまねぎ(りん茎、生) ま い(乾燥、生)	エネルギー: 494kcal タンパク: 17.6g 脂質: 14.4g
23 水	勤労感謝の日 						
24 木	ラックミー きなこ せんべい ぶどうゼリー	肉じゃが 花型卵 レタススープ ご飯 もやしと小松菜の中華和え オレンジ ちゃんぽんうどん 笹かまの磯辺揚げ 里芋のみそ和え バナナ	牛乳 バーケーキ	ぶた大根種 かつ(鶏身つき、生) かつ お節 鶏卵 全卵(生) ベーコン (ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼 菓、生) しらす(生) 車輪(三連輪) 水 稲穀粒(精白米) ごま油 プレミックス 粉(ホットケーキ用) 無塩バター	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ (りん茎、生) ふなしめじ(生) レタス (生結球葉、結球葉、生) ブラック マツタケ(生) こまつな(葉、生) ほうれん草(葉、生)	エネルギー: 569kcal タンパク: 18.4g 脂質: 19.1g
25 金	野菜生活 白い風船	ソフトフランス(あんバターパン) 八宝菜 牛乳 りんご	バナナ	ぶた大根種 かつ(鶏身つき、生) 普 通牛乳100	ウエハース あんパン 無塩バター オリブ油	はくさい(結球葉、生) にんじん (根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、 生) りんご(皮むき、生) パナナ(生)	エネルギー: 446kcal タンパク: 11.9g 脂質: 12.4g
26 土	牛乳 えびせんべい	マカロニシチュー 治部煮 白菜の塩昆布和え スイーティー 野菜ライス	食べるジョア (ブルーベリー) 小魚アーモンド	普通牛乳100 鶏肉、ひき肉(生) 若 鶏、むね(皮つき、生) いか(生) (あめ 煮)	米菓(塩せんべい) マカロニス(パ スタ) 乾いも(焼菓、生) 水稲穀粒 (精白米) さつまいも(焼菓、生) アー モンド	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結 球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) マッシュルーム(水素添加) たけの こ(ゆで) はくさい(結球葉、生) 塩昆 布	エネルギー: 440kcal タンパク: 18.3g 脂質: 9.8g
27 日							
28 月	ジョア(ストロ ベリー) 卵サブレ	焼肉 ナムル 大根汁 ご飯 れんこんチップ りんご	なかよしプリン ゴマせんべい	ぶた大根種 ロース(鶏身つき、生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	サブレ ごま油 水稲穀粒(精白米) サラワー油(ハイオレイック) 米菓 (塩せんべい)	ブラックマツタケ(生) にんじん (根、皮つき、生) こまつな(葉、生) みずな(葉、生) にんじん(根、皮 つき、生) たけのこ(根、皮つき、生) れ んご(皮むき、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) たまねぎ(りん茎、生) スイート コーン缶詰(ホールカーネルス タイル)	エネルギー: 576kcal タンパク: 18.7g 脂質: 17g
29 火	麦茶 りんご	さわらのチーズフライ 三色和え コーンスープ ご飯 大根煮 みかん	牛乳 玄米パン	さわら(生) 鶏卵 全卵(生) ナチュ ラルチーズ(エダム) かつお節 普通 牛乳100	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラ ワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒 (精白米) 玄米パン	りんご(皮むき、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) たまねぎ(りん茎、生) スイート コーン缶詰(ホールカーネルス タイル)	エネルギー: 459kcal タンパク: 19.7g 脂質: 13.3g

給食MEMO

4日 お誕生会
19日 もちつき大会

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。

