

平成28年4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 金	ヤクルト アンパンマン せんべい	ピザトースト 牛乳 パナナ	気になるジュース ぱりんこ	ナチュラルチーズ(パルメザン) ベー コン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 食パン	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) パナ ナ(生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 573kcal タンパク: 16.8g 脂質: 12.9g	カルシウム: 245mg 食塩相当量: 1.8g
2 土	ぶどうジュース 星たべよ	甘バターサンド 野菜の豆乳煮込み 牛乳 オレンジ	りんごゼリー 雪の里せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) クリームサンド 豆乳(調整豆乳)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) パレンシアオ レンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 489kcal タンパク: 13.8g 脂質: 13.5g	カルシウム: 186mg 食塩相当量: 1.5g
3 日								
4 月	牛乳 バナナ	ココロスープ 青しその照り焼きチキン きゅうり漬 いちご ご飯	ソファール(プレーン) クッキー	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) 鶏胸、もも(皮つき、生)	オリーブ油 ドレッシングタイプ和風調 味料 水稲穀粒(精白米) ビスケット (ソフト)	バナナ(生) 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) にんにく(りん茎、生) きゅうり(果実、生) いちご(生)	エネルギー: 432kcal タンパク: 14.6g 脂質: 15.1g	カルシウム: 270mg 食塩相当量: 1.4g
5 火	麦茶 まがり せんべい	ふわふわ鶏から揚げ 温野菜 玉ねぎ汁 ご飯 オレンジ	牛乳 ビスコ	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 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) サフラワー油(ハ イオレイク) フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	しょうが(根茎、生) にんにく(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) キャベツ (結球葉、生)	エネルギー: 400kcal タンパク: 13.5g 脂質: 16.2g	カルシウム: 181mg 食塩相当量: 0.9g
6 水	ももゼリー	焼き魚(鮭) 春きやべつサラダ ニラ玉汁 ご飯 グレープフルーツ	牛乳 ミルクリッチ	ベーにぎ(生) ハム(ロース) 鶏胸、 全部(生) かつお節 米みそ(甘み そ) 普通牛乳100	フレンチドレッシング 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) キャベツ(結球 葉、生) にん(葉、生) グレープ フルーツ(白肉種、砂じょう)	エネルギー: 456kcal タンパク: 19.6g 脂質: 13.3g	カルシウム: 169mg 食塩相当量: 1g
7 木	スポン 野菜 かりんとう	五目昆布 スクランブルエッグ アスパラスープ ご飯 パナナ	ぶどうジュース ぼたぼた	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏 胸、全部(生) まぐろ(頭部詰、水蒸、 フレーク、ライト) ベーコン(ベーコン)	かりんとう(黒) 車輪(三温糖) 水稲 穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	まこんぶ(葉干し) にんじん(根、皮 つき、生) ごぼう(根、生) アスパラ ガス(若葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 388kcal タンパク: 9.7g 脂質: 6.7g	カルシウム: 117mg 食塩相当量: 1.3g
8 金	麦茶 白い風船	焼きそば 水菜サラダ 牛乳 チーズ いちご	ジョア(ブルーベリー) 炊き込み飯おにぎり	ふた大型種、かた(脂身つき、生) ハム (ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) チーズ かつお節 油揚げ	ウエハース 蒸し中華あん ドレッシ ングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白 米) 車輪(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) にんに く(根、皮つき、生) キャベツ(結球 葉、生) きゅうり(果実、生) ブラックマ ツベリー(果実、生)	エネルギー: 461kcal タンパク: 19.5g 脂質: 11.4g	カルシウム: 496mg 食塩相当量: 1.1g
9 土	牛乳 ゴマせんべい	ツナコーンサンド ジャムサンド ラックミー(バナナ) オレンジ	バナナ	普通牛乳100 かつお節 鶏胸(油 漬、フレーク、ライト)	ビスケット(ソフト) 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) スイートコーン 缶詰(ホールカーネルスタイル) パナナ (生)	エネルギー: 498kcal タンパク: 14.8g 脂質: 17.9g	カルシウム: 143mg 食塩相当量: 0.6g
10 日								
11 月	麦茶 バナナ	ビーンズカレー 小女子 牛乳 キャベツ和え グレープフルーツ ご飯	スキムミルク 五穀ビスケット	黄だいず(水蒸缶詰) ふた大型種、 かた(脂身つき、生) いかなぎ(生) 普通牛乳100 脱脂粉乳 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精 白米) ビスケット(ソフト)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、 生) にんじん(根、皮つき、生) にら (葉、生) キャベツ(結球葉、生) ス イートコーン缶詰(ホールカーネルス タイル) マヨネーズ(全卵型)	エネルギー: 424kcal タンパク: 14.2g 脂質: 13.1g	カルシウム: 329mg 食塩相当量: 0.8g
12 火	りんごゼリー	焼肉 ビーフソテー わかめスープ ご飯 パナナ	スポン サラダせんべい	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏 胸、全部(生) かつお節	ビーフン オリーブ油 ごま(白) 水 稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) にら(葉、生) わかめ (原葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 380kcal タンパク: 10.4g 脂質: 7.7g	カルシウム: 60mg 食塩相当量: 0.6g
13 水	カルピス 歌舞伎揚げ	カレイの煮付け スパゲティサラダ きやえんどう汁 ご飯 オレンジ	牛乳 フレンチトースト	まがれい(生) まぐろ(頭部詰、水蒸、 フレーク、ライト) かつお節 米みそ (甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳 鶏胸、全部(生)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) 車輪(三温糖) マカロニス パグチイ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 食パン	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) きやえんどう(若葉、生) 元 の	エネルギー: 375kcal タンパク: 16.5g 脂質: 8.8g	カルシウム: 167mg 食塩相当量: 1.1g
14 木	ジョア (プレーン) えびせんべい	五目納豆 さつまいもの甘煮 青菜汁 ご飯 きゅうり漬 いちご	牛乳 チョコイス	焼き竹輪 鶏胸、全部(生) 糸引き納 豆(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵 型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) 焼きふ(乾世ふ) 水 稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	根菜ねぎ(葉、乾、生) にんじん (根、皮つき、生) こまつな(葉、 生) きゅうり(果実、生) いちご(生)	エネルギー: 498kcal タンパク: 19.4g 脂質: 13.8g	カルシウム: 467mg 食塩相当量: 1.3g
15 金	麦茶 Caせんべい	お子様ランチ 野菜生活 フルーツヨーグルト	牛乳 ケーキ	ハム(ロース) 鶏胸、むね(皮つき、 生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛 乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白 米) マヨネーズ(全卵型) マカロニ スパゲチイ(乾) でん粉(じゃがいも でん粉) サフラワー油(ハイオレイク)	ブロッコリー(花序、生) にんじん (根、皮つき、生) きゅうり(果実、 生) しょうが(根茎、生) にんにく(りん 茎、生) スイートコーン缶詰(ホール カーネルスタイル) マヨネーズ(全卵 型)	エネルギー: 518kcal タンパク: 17.1g 脂質: 18.7g	カルシウム: 161mg 食塩相当量: 0.8g
16 土	果実ジュース お野菜チップス	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 中華ソテー 牛乳 パナナ	なかよしプリン コーンポタージュ せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	アセロラ(10%果汁入り飲料) ポテ トチップス(ポテトチップス) コッパ ン(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ソフトタイプマーガリン(家庭用) 糖 質はるる(糖)	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) パナナ(生)	エネルギー: 531kcal タンパク: 12g 脂質: 16.8g	カルシウム: 190mg 食塩相当量: 1.5g
17 日								
18 月	牛乳 動物 ビスケット	ワンタンスープ 豚肉とパプリカの炒め物 オレンジ ご飯	スキムミルク がんばれお魚家族	普通牛乳100 ふた、ひき肉(生) ぶ た大型種、かた(脂身つき、生) 脱脂 粉乳 普通牛乳	ビスケット(ソフト) しょうまいの皮、 水稲穀粒(精白米) 米菓(甘せんべ い)	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) チ ンゲンサイ(葉、生) にんじん(根、 皮つき、生) 赤ピーマン(果実、生) 黄 ピーマン(果実、生) しょうが(根 茎、生)	エネルギー: 371kcal タンパク: 12.3g 脂質: 11.2g	カルシウム: 241mg 食塩相当量: 0.6g
19 火	豆乳 いちご	ヒレカツ 千切キャベツ なめこ汁 ご飯 金時豆 グレープフルーツ	ヤクルト 雪の宿せんべい	ふた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏胸、 全部(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米 みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラ ワー油(ハイオレイク) 水稲穀粒 (精白米) 車輪(三温糖) 米菓(塩 せんべい)	いちご(生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ (水蒸缶詰) グレープフルーツ(白肉種、 砂じょう、生)	エネルギー: 471kcal タンパク: 18.1g 脂質: 8.9g	カルシウム: 73mg 食塩相当量: 1.2g
20 水	麦茶 芭蕉揚げ	さばの味噌煮 春雨サラダ チンゲン菜スープ ご飯 パナナ	牛乳 ソフトフランス (あんバターパン)	焼きさば(生) 米みそ(甘みそ) 鶏胸、 全部(生) ベーコン(ベーコン) 普通 牛乳100	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) 焼きはるる(乾) ドレッシングタイプ 和風調味料 水稲穀粒(精白米) あ んパン 無塩バター	しょうが(根茎、生) レタス(土耕 栽培、結球葉、生) にんじん(根、 皮つき、生) きゅうり(果実、生) チ ンゲンサイ(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: 483kcal タンパク: 16g 脂質: 14.7g	カルシウム: 157mg 食塩相当量: 1.6g
21 木	なかよし ヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 きやべつ汁 ご飯 茹でアスパラ いちご	牛乳 ホットケーキ	ふた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 鶏胸、全部(生) 油揚げ かつお節 普通牛乳100 普通牛乳	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵 型) プレミックス粉(ホットケーキ用) ソフトタイプマーガリン(家庭用) メ ーガロップ	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) わかめ(原 葉、生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 406kcal タンパク: 14.6g 脂質: 15.2g	カルシウム: 258mg 食塩相当量: 0.8g
22 金	ヤクルト ばかうけ	アスパラとトマトのスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 レタス グレープフルーツ	野菜生活 まがりせんべい	ベーコン(ベーコン) ナチュラルチ ーズ(パルメザン) ふた、肝臓(生) 普 通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニス パグチイ(乾) でん粉(じゃがいも でん粉) サフラワー油(ハイオレイク)	たまねぎ(りん茎、生) アスパラガ ス(若葉、生) トマト缶詰(ホール、食 塩無添加) レタス(土耕栽培、結球 葉、生) グレープフルーツ(白肉種、 砂じょう)	エネルギー: 445kcal タンパク: 16.8g 脂質: 10.5g	カルシウム: 200mg 食塩相当量: 2.2g
23 土	麦茶 おにぎり せんべい	チョコサンド じゃがいもソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	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 じゃがいも(塊茎、生) 無塩バター	ぶなしめじ(生) にんじん(根、 皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) パ レンシアオレンジ(砂じょう、生) パ ナナ(生)	エネルギー: 369kcal タンパク: 10.3g 脂質: 9.4g	カルシウム: 158mg 食塩相当量: 1g
24 日								
25 月	ミルクプリン	コーンチャウダー 笹かま揚げ キャベツのなめたけ和え グレープフルーツ ご飯	ソファール(ストロベリー) ウエハース	普通牛乳100 成鶏、むね(皮つき、 生) 笹かま	サフラワー油(ハイオレイク) プレ ミックス粉(てんぷら用) 水稲穀粒(精 白米) ビスケット(ハード)	いちご(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 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) マヨネーズ(全卵型)	エネルギー: 397kcal タンパク: 15.3g 脂質: 10.8g	カルシウム: 319mg 食塩相当量: 0.7g
26 火	牛乳 がんばれ 野菜家族	ハンバーグ ポイル野菜 大根汁 ご飯 オレンジ	麦茶 フルーツあんみつ	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘み そ) ホイップ クリーム(植物性脂肪)	米菓(甘せんべい) パン粉(乾燥) じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精 白米) 甘納豆(あずき)	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) わかめ(原 葉、生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 362kcal タンパク: 16.7g 脂質: 12g	カルシウム: 185mg 食塩相当量: 0.6g
27 水	飲む ヨーグルト バナナ	白身魚の磯部揚げ 青菜和え レタススープ ご飯 いちご	牛乳 ピーナツパン	ヨーグルト(ドリンクタイプ) またら か(生) かつお節 ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	プレミックス粉(てんぷら用) サフラ ワー油(ハイオレイク) 水稲穀粒 (精白米) 食パン さっかせい(ピー ナツパン)	にんじん(根、皮つき、生) こまつ な(葉、生) ブラックマツベリー(生) にんじん(根、皮つき、生) レタス(土 耕栽培、結球葉、生) トマト(果実、 皮つき、生)	エネルギー: 420kcal タンパク: 18.2g 脂質: 11.4g	カルシウム: 282mg 食塩相当量: 1.7g
28 木	麦茶 うす焼き せんべい	竹の子の含め煮 野菜キッシュ みつ葉汁 ご飯 きゅうり漬け パナナ	クラッカー ジョア(マスカット)	成鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏 胸、全部(生) かつお節 米みそ(甘 みそ)	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) サフラワー油(ハイオレイク) 水稲 穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	たけのこ(水蒸缶詰) にんじん(根、 皮つき、生) さやいんげん(若葉、 生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) 米みそ(甘みそ) 元(元)のき(生)	エネルギー: 314kcal タンパク: 12.4g 脂質: 4.4g	カルシウム: 308mg 食塩相当量: 0.9g
29 金	昭和の日							
30 土	カルピス 黒糖ミルク	クリームサンド グラタン 牛乳 オレンジ	ももゼリー きなこせんべい	成鶏、もも(皮つき、生) ナチュラル チーズ(パルメザン) 普通牛乳 普通 牛乳100	乳酸菌飲料(乳製品) ポテトチップス (ポテトチップス) クリームパン マ カロニスパグチイ(乾) 無塩バター 薄力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ (生) パレンシアオレンジ(砂じょう、 生)	エネルギー: 469kcal タンパク: 13.3g 脂質: 16.8g	カルシウム: 195mg 食塩相当量: 1g

給食MEMO
1日 入園式
15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。

