

# 平成29年6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	木	麦茶 動物ビスケット	きんぴらごぼう スクランブルエッグ 茹でスナップえんどう ゴールデンキウイ ご飯 わかめスープ	ジョア(ストロベリー) ぱりんこ	ふた次型種 なた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生)	ビスケット(ソフト) 鶏糞(三温糖) ごま(白) しらす(生) 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) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) トマト(果実、生) 根菜類(葉、軟白、生) わかめ(海藻、生) スナップえんどう(若ざや、生) コールスロー(生)	エネルギー：394kcal たんぱく：11.2g 脂質：9g	カルシウム：311mg 食塩相当量：0.5g
2	金	牛乳 黒糖ミルク	焼きそば ブロッコリー 中華スープ チーズ オレンジ	麦茶 大学芋のアイスのせ	普通牛乳100 ふた次型種、なた(脂身つき、生) プロセステーズ	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮つき、生) 車輪(三温糖) はちみつ ラクトアイス(普通脂肪)	あおぎ(若干し) 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) パナナ(生)	エネルギー：340kcal たんぱく：12g 脂質：11.8g	カルシウム：222mg 食塩相当量：2.3g
3	土	牛乳 野菜かりんどう	いちごジャムパン ツナコーンサラダ ラックミー(バナナ) パナナ	りんごゼリー 青のりせんべい	普通牛乳1リットル まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト)	かりんどう(果) いちご(果実、高糖度) ロールパン マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、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：566kcal たんぱく：16.3g 脂質：16.2g	カルシウム：150mg 食塩相当量：1g
4	日								
5	月	牛乳 バナナ	アスパラシチュー 豚肉とパプリカの炒め物 メロン ご飯 レタス	なかよしヨーグルト ウエハース	普通牛乳100 若鶏、むね(皮つき、生) ふた次型種、なた(脂身つき、生)	じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米) ウエハース	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 赤ピーマン(果実、生) 青ピーマン(果実、生) 鶏卵、全卵(生)	エネルギー：407kcal たんぱく：11.8g 脂質：9.5g	カルシウム：212mg 食塩相当量：0.5g
6	火	ジョア ゴマせんべい	松風焼き 三色和え まいたけ汁 ご飯 グレープフルーツ	ぶどうジュース ばかうけ	鶏肉、ひき肉(生) 鶏ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節	米菓(塩せんべい) ごま(白) 車輪(三温糖) ハン粉(乾燥) 水稲穀粒(精白米)	根菜類(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) フラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) えのきたけ(生)	エネルギー：421kcal たんぱく：16.2g 脂質：3.9g	カルシウム：330mg 食塩相当量：0.8g
7	水	麦茶 ビスコ	赤うおの煮魚 かみかみサラダ 玉ねぎ汁 ご飯 バナナ	牛乳 ピザトースト	しらうお 若鶏、さき身(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(バルメザン) ベーコン(ベーコン)	ビスケット(ソフト) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイプ(和風調味料) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) (土耕栽培、結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) パナナ(生)	エネルギー：444kcal たんぱく：15.3g 脂質：16.1g	カルシウム：218mg 食塩相当量：1.3g
8	木	なかよしプリン	ひじきの煮物 厚焼き卵 春雨スープ ご飯 いんげんのゴマ和え オレンジ	牛乳 ココアとバナナの スコーン	ふた次型種、ローズ(脂身つき、生) 肝臓(生) 普通牛乳100 普通牛乳1リットル	車輪(三温糖) 練豆(はるさめ(乾)) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) 無塩バター	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) チョコライス(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) さやいんげん(生)	エネルギー：466kcal たんぱく：13.2g 脂質：17.7g	カルシウム：254mg 食塩相当量：1.3g
9	金	麦茶 おにぎり せんべい	豚丼 水菜サラダ わかめ汁 きゅうり漬け フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ふた次型種、ローズ(脂身つき、生) ハム(ロース) 鶏ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) しらす(生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ドレッシングタイプ(和風調味料) ショートケーキ	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) プラックマッペもやし(生) みずな(葉、生) わかめ(海藻、生) きゅうり(果実、生) メロン(温室メロン)	エネルギー：386kcal たんぱく：14g 脂質：13g	カルシウム：163mg 食塩相当量：1.1g
10	土	豆乳 うす焼き せんべい	甘バターサンド コールスローサラダ 牛乳 オレンジ	バナナ	ハム(ロース) 普通牛乳100	豆乳(調整豆乳) 米菓(塩せんべい) クリームサンド マヨネーズ(全卵型)	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) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：476kcal たんぱく：15.6g 脂質：16.2g	カルシウム：197mg 食塩相当量：1g
11	日								
12	月	牛乳 きなこせんべい	イタリアンスープ 鶏肉のオレンジ煮 ブロッコリー パナナ ご飯	スキムミルク 手作りラスク	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) 鶏卵、全卵(生) ナチュラルチーズ(バルメザン) かつお節 若鶏、もも(皮つき、生) 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 無塩バター パン粉(乾燥) バレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 食塩	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) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生)	エネルギー：522kcal たんぱく：17g 脂質：18.9g	カルシウム：251mg 食塩相当量：1.5g
13	火	麦茶 バターサブレ	蒸し団子 温野菜 さやえんどう汁 ご飯 ゴールデンキウイ	スポロン まがりせんべい	ふた、ひき肉(生) まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) かつお節 米みそ(甘みそ)	サブレ 水稲穀粒(精白米) ごま油 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) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、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) えのきたけ(生) さやえんどう(生)	エネルギー：425kcal たんぱく：12g 脂質：8.2g	カルシウム：77mg 食塩相当量：0.8g
14	水	りんごゼリー	焼き魚(鮭) カラフルサラダ コーンスープ ご飯 メロン	牛乳 クリームパン	ベーコン(ベーコン) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(バルメザン) 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	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) きゅうり(果実、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：494kcal たんぱく：19.8g 脂質：14.7g	カルシウム：183mg 食塩相当量：0.9g
15	木	フルーツ ジュース 五穀クラッカー	オクラ入り五目納豆 さつまいもの甘煮 ほうれん草汁 ご飯 茹でアスパラ グレープフルーツ	牛乳 ビスコ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸入り納豆 プロセステーズ 凍り豆腐(乾) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	クラッカー(ソーダ) マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮つき、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	オクラ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれん草(葉、連年平用、生) アスパラガス(若茎、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：581kcal たんぱく：20.6g 脂質：19.7g	カルシウム：280mg 食塩相当量：1.4g
16	金	カルピス えびせんべい	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 茹でスナップえんどう ゴールデンキウイ	野菜生活 ケイクサレ風 パンケーキ	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 ソーセージ(ウインナー)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) マカロニ(スパゲティ(乾)) マヨネーズ(全卵型) 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) ビスケット(ソフト)	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) ふなめ(生) あまのり(焼きのり) エリンギ(生) スナップえんどう(若ざや、生)	エネルギー：541kcal たんぱく：25.5g 脂質：17.6g	カルシウム：180mg 食塩相当量：1.1g
17	土	麦茶 芋けんぴ	ソフトフランス(あんバターパン) レタスソテー 牛乳 パナナ	ヤクルト 雪の宿せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	芋かりんどう あんぱん 無塩バター オリーブ油 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) パナナ(生)	エネルギー：493kcal たんぱく：11.9g 脂質：15.5g	カルシウム：180mg 食塩相当量：1.1g
18	日								
19	月	ぶどうゼリー	ブロッコリーカレー 小女子 牛乳 キャベツ和え オレンジ ご飯	フルーツヨーグルト 磯せんべい	ふた次型種、なた(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳100 ヨーグルト(全糖無糖)	じゃがいも(塊茎、生) 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) 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) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：353kcal たんぱく：9.5g 脂質：7.5g	カルシウム：190mg 食塩相当量：1g
20	火	麦茶 Caせんべい	油淋鶏 シーザーサラダ ニラ玉汁 ご飯 バナナ	牛乳 玄米パン	若鶏、もも(皮つき、生) ナチュラルチーズ(バルメザン) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) サラダ油(ハイオレイック) でん粉(じゃがいもでん粉) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 玄米パン	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 根菜類(葉、軟白、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)	エネルギー：460kcal たんぱく：16.2g 脂質：15.2g	カルシウム：160mg 食塩相当量：0.8g
21	水	ヤクルト アスパラガス	タラのホイル焼き スパゲティサラダ トマトスープ ご飯 グレープフルーツ	牛乳 手作りクッキー	ふた(生) ハム(ロース) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) 無塩バター マカロニ(スパゲティ(乾)) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 練乳(1等) 車輪(三温糖)	えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) にんじん(根、皮つき、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) きゅうり(果実、生)	エネルギー：435kcal たんぱく：13.9g 脂質：12.2g	カルシウム：174mg 食塩相当量：0.9g
22	木	牛乳 芭蕉揚げ	酢豚 花型卵 小松菜汁 ご飯 茹でアスパラ ゴールデンキウイ	ぶどうジュース サーターアングーギー	普通牛乳1リットル ふた次型種、なた(ロース) (脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 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) 焼きふ(煎餅生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	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) たけのこ(水漬缶詰) こまつな(葉、生) アスパラガス(若茎、生) コールスロー(生)	エネルギー：505kcal たんぱく：13.6g 脂質：14.8g	カルシウム：184mg 食塩相当量：1.1g
23	金	牛乳 もち麦 せんべい	肉みそうどん 揚げ出し豆腐 ブロッコリー グレープフルーツ	ジョア(マスカット) ぼたぼた焼き	普通牛乳100 米みそ(甘みそ) ふた、ひき肉(生) かつお節 凍り豆腐(乾)	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) 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)	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) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：474kcal たんぱく：20.4g 脂質：13.8g	カルシウム：483mg 食塩相当量：1.2g
24	土	麦茶 お野菜チップス	チョコサンド コロコロスープ 牛乳 オレンジ	なかよしプリン 将角せんべい	ベーコン(ベーコン) 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 オリーブ油 米菓(塩せんべい)	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) にんじん(根、皮つき、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：542kcal たんぱく：14.2g 脂質：20.5g	カルシウム：227mg 食塩相当量：2.7g
25	日								
26	月	牛乳 コーンポタージュ ジュせんべい	豚汁 厚揚げのみそ焼き いんげん メロン ご飯	スキムミルク 小魚せんべい	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘みそ) ふた次型種、なた(ロース) (脂身つき、生) 生揚げ 米みそ(淡色辛みそ) 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(甘せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) 根菜類(葉、軟白、生) だいこん(根、皮つき、生) きやいんげん(若ざや、生) メロン(温室メロン)	エネルギー：398kcal たんぱく：14.4g 脂質：10.3g	カルシウム：289mg 食塩相当量：1.3g
27	火	飲むヨーグルト 味しらべ	焼肉 ナムル アスパラスープ ご飯 茹で絹さや グレープフルーツ	アイス	ヨーグルト(ドリンクタイプ) ふた次型種、ローズ(脂身つき、生) ベーコン(ベーコン)	米菓(塩せんべい) ごま油 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) ラクトアイス(普通脂肪)	プ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) にんじん(根、皮つき、生) アスパラガス(若茎、生) さやいんげん(若ざや、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：460kcal たんぱく：14.5g 脂質：17.8g	カルシウム：181mg 食塩相当量：1.1g
28	水	麦茶 醤油せんべい	カツオの竜田揚げ 青菜和え どろりんスープ ご飯 金時豆 オレンジ	牛乳 焦がしバター メロンパン	かつお(養殖、生) 鶏卵、全卵(生) さげ(全粒、乾) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖) 無塩バター	にんじん(根、皮つき、生) しょうが(根茎、生) こまつな(葉、生) フラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) わかめ(海藻、生)	エネルギー：464kcal たんぱく：16.6g 脂質：12.4g	カルシウム：150mg 食塩相当量：1.3g
29	木	なかよし ヨーグルト	切干大根 オクラキッシュ なす汁 ご飯 ブロッコリーのなめたけ和え ゴールデンキウイ	牛乳 バナナカップケーキ	さつまいも揚げ かつお節 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) 無塩バター	ゆず(生) こまつな(葉、生) ごぼう(根、生) オクラ(果実、生) なす(果実、生) 根菜類(葉、軟白、生) プラックマッペもやし(生)	エネルギー：428kcal たんぱく：13.8g 脂質：13.6g	カルシウム：275mg 食塩相当量：0.9g
30	金	牛乳 バナナ	鶏なんぼん 笹かまの磯辺揚げ ポイルキャベツ グレープフルーツ	ミルク 炊き込み飯おにぎり	普通牛乳100 かつお節 若鶏、もも(皮なし、生) 笹かま	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(めんぷら用) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) あおき(葉、生) キャベツ(結球葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：577kcal たんぱく：21.1g 脂質：10.3g	カルシウム：261mg 食塩相当量：3.6g

給食MEMO  
9日 お誕生会

1歳6ヶ月未満の子は、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。

