

平成29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 水	麦茶 アンパンマン ビスケット	さんまのかば焼き 青菜のゴマ和え 玉ねぎ汁 ご飯 オレンジ	ヤクルト 熟成サラダ せんべい	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：508kcal たんぱく：13.5g 脂質：17.4g	カルシウム：109mg 食塩相当量：1.4g
2 木	スポロン おにぎり せんべい	ひじきの煮物 野菜キッシュ じゃが芋汁 ご飯 バナナ	牛乳 フルーツサンド	ふた大型種、ローズ(鶏身つき、生) 黄大豆(水揚げ缶詰) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ローズ) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 菓糖(三温糖) 無塩バター 卵力粉(1等) じゃがいも(焼き、生) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	ひじき(塩ひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生) わかめ(原葉、生) パナナ(生)	エネルギー：567kcal たんぱく：16.9g 脂質：15.1g	カルシウム：265mg 食塩相当量：1.5g
3 金	文化の日							
4 土	ぶどうジュース ミニサラダ せんべい	チョコサンド ジャーマンポテト 牛乳 りんご	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(焼き、生) 無塩バター	たまねぎ(りん茎、生) アスパラガス(若葉、生) りんご(皮むき、生) パナナ(生)	エネルギー：561kcal たんぱく：13.8g 脂質：16.4g	カルシウム：194mg 食塩相当量：1.4g
5 日								
6 月	牛乳 ゴマせんべい	豚汁 鶏肉のさっぱり煮 さつま芋チップ ご飯 バナナ	スキムミルク 源氏パイ	普通牛乳100 かつお節 米みそ(甘みそ) ぶた大型種、かたローズ(鶏身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 菓糖(三温糖) さつまいも(焼き、皮むき、生) サラダ油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) リーフパイ	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) だいこん(根、皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー：545kcal たんぱく：18.2g 脂質：19.5g	カルシウム：249mg 食塩相当量：1.1g
7 火	ソファール (プレーン)	焼肉 ビーフソテー わかめスープ かぼちゃの甘煮 ご飯 オレンジ	牛乳 ビスコ	ふた大型種、ローズ(鶏身つき、生) ベーコン(ローズ) かつお節 普通牛乳100	ビーフン オリーブ油 菓糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) たらこ(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) わかめ(原葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	エネルギー：519kcal たんぱく：18.7g 脂質：18.9g	カルシウム：281mg 食塩相当量：0.9g
8 水	麦茶 りんご	五目納豆 さつまいもの甘煮 ブロッコリー 小松菜汁 ご飯 グレープフルーツ	牛乳 ピザトースト	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 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(ローズ)	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼き、皮むき、生) 菓糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	りんご(皮むき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) プラックマッペもやし(生) たけのこ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：564kcal たんぱく：19.4g 脂質：20.2g	カルシウム：276mg 食塩相当量：1.9g
9 木	牛乳 バターサブレ	卵とじそうめん 天ぷら(ちくわ・やーコン) ほうれんそうのお浸し みかん	麦茶 きのおこわ	普通牛乳100 かつお節 鶏卵、全卵(生) 若鶏、もも(皮つき、焼き) 焼き竹輪 油揚げ	サブレ そらめん ひやむぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) きいも(焼き、生) 水稲穀粒(精白米) 菓糖(三温糖)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、通常平均、生) プラックマッペもやし(生) しょうゆ(醸造、生) しょうゆ(生) しょうゆ(生)	エネルギー：524kcal たんぱく：19.4g 脂質：13.2g	カルシウム：187mg 食塩相当量：1.7g
10 金	なかよしプリン	赤うおの煮魚 青菜和え まいたけ汁 ご飯 バナナ	ジョア (ブルーベリー) チョコビスケット	ふた大型種、かたローズ(鶏身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ナチュラルチーズ(パルメザン) ベーコン(ローズ) かつお節 米みそ(甘みそ)	菓糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	こまつな(葉、生) プラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 葉ねぎ(葉、生) パナナ(生)	エネルギー：504kcal たんぱく：18.5g 脂質：11.2g	カルシウム：370mg 食塩相当量：0.6g
11 土	ミルク コーンポタージュ ジュせんべい	あらびきウインナーパン 牛乳 みかん	ぶどうゼリー アンパンマン せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ロールパン	たまねぎ(りん茎、生) うんしゅうみかん、じょうろ(早生、生)	エネルギー：568kcal たんぱく：17.1g 脂質：15.7g	カルシウム：274mg 食塩相当量：1.8g
12 日								
13 月	りんごゼリー	油淋鶏 さつま芋サラダ 春雨スープ ご飯 オレンジ	牛乳 お好み焼き	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ローズ) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生) ナチュラルチーズ(エダム)	サラダ油(ハイオレイック) じゃがいも(でん粉) さつまいも(焼き、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 練豆はるまぎ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、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) しょうゆ(醸造、生) しょうゆ(生) しょうゆ(生)	エネルギー：525kcal たんぱく：16.6g 脂質：21.7g	カルシウム：181mg 食塩相当量：1.5g
14 火	フルーツ ジュース 醤油せんべい	ポークカレー 小女子 牛乳 ご飯 みかん	ジョア(マスカット) クッキー	ふた大型種、かたローズ(鶏身つき、生) 鶏卵、全卵(生) いか(干) 普通牛乳100	さつまいも(焼き、皮むき、生) 菓糖(三温糖) こま(生) じゃがいも(焼き、生) マヨネーズ(全卵型) 練豆はるまぎ(乾) 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) なめこ(水炊き缶詰) 赤みず(葉、生) あおのり(葉干し) りんご(皮むき、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	エネルギー：551kcal たんぱく：17.7g 脂質：14.7g	カルシウム：487mg 食塩相当量：1.7g
15 水	麦茶 焼き芋	きんぴらごぼう スクランブルエッグ ベイクドじゃが なめこ汁 ご飯 りんご	牛乳 パンクキンパン	ふた大型種、かたローズ(鶏身つき、生) 鶏卵、全卵(生) まぐろ類(油漬、フレーク、ライト) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	さつまいも(焼き、皮むき、生) 菓糖(三温糖) サラダ油(ハイオレイック) こま(乾) じゃがいも(焼き、生) マヨネーズ(全卵型) 練豆はるまぎ(乾) 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) なめこ(水炊き缶詰) 赤みず(葉、生) あおのり(葉干し) りんご(皮むき、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	エネルギー：532kcal たんぱく：17.2g 脂質：19.1g	カルシウム：204mg 食塩相当量：1g
16 木	牛乳 バナナ	焼きそば キャベツ和え 中華スープ グレープフルーツ	ソファール (プレーン) 青のりせんべい	普通牛乳100 ぶた大型種、かたローズ(鶏身つき、生) ベーコン(ベーコン)	焼き中華めん サラダ油(ハイオレイック) サウザンアイランド レシニング 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) 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(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネル)	エネルギー：497kcal たんぱく：16.4g 脂質：16.8g	カルシウム：301mg 食塩相当量：1.9g
17 金	麦茶 動物ビスケット	さわらの照り焼き マカロニサラダ さつま芋チップ 大根汁 ご飯 バナナ	スポロン まがりせんべい	さわら(生) ハム(ローズ) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	ビスケット(ソフト) マカロニ、スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼き、皮むき、生) サラダ油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 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) きゅうり(果実、生) だいこん(根、皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー：534kcal たんぱく：15.9g 脂質：17.5g	カルシウム：87mg 食塩相当量：1.2g
18 土	麦茶 お蒸かし	納豆ご飯 大根汁 たくあん みかん	気になる野菜 ジュース 雪の宿せんべい	あずき(全粒、乾) きな粉(全粒大豆、黄大豆) 油揚げ かつお節 糸引き納豆	水稲穀粒(精白米) 菓糖(三温糖) ざらめ糖(中さら糖) 米菓(塩せんべい)	だいこん(根、皮つき、生) たくあん(漬押し) だいこん漬(生) うんしゅうみかん、じょうろ(早生、生)	エネルギー：567kcal たんぱく：14.2g 脂質：5g	カルシウム：79mg 食塩相当量：1.4g
19 日								
20 月	牛乳 白い風船	コーンチャウダー 鶏肉のオレンジ煮 白菜のなめ草和え ご飯 みかん	フルーツ ヨーグルト 芋菓子	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) 若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖)	ウエハース じゃがいも(焼き、生) バレンシアオレンジ(SO%果汁入り飲料) 無塩バター オリーブ油 水稲穀粒(精白米) さつまいも(焼き、皮むき、生) サラダ油(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(ホールカーネル) 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(クリームスタイル) はちまき(葉、生) しょうゆ(醸造、生) しょうゆ(生)	エネルギー：532kcal たんぱく：13.8g 脂質：21g	カルシウム：195mg 食塩相当量：1.5g
21 火	カルピス ハッピータン	花ショウマイ 温野菜 ニラ玉汁 ご飯 オレンジ	牛乳 アップルパイ	ぶた、ひき肉(生) まぐろ類(油漬、フレーク、ライト) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳製法) 米菓(塩せんべい) しょうまいの皮 ごま油 じゃがいも(でん粉) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 菓糖(三温糖) プレミックス粉(てんぷら用) サラダ油(ハイオレイック) 菓糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 食パン(つかせい) (ピーナッツバター)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、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) うんしゅうみかん、じょうろ(早生、生) あおさ(葉干し) こまつな(葉、生) プラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果実、生) しょうゆ(醸造、生) しょうゆ(生)	エネルギー：517kcal たんぱく：16.5g 脂質：21g	カルシウム：160mg 食塩相当量：1.4g
22 水	麦茶 みかん	たらこの磯部揚げ 小松菜和え 金時豆 かぼちゃ汁 ご飯 りんご	牛乳 ビーナツパン	まだら(生) かつお節 米みそ(甘みそ) さざせ(全粒、乾) 普通牛乳100	プレミックス粉(てんぷら用) サラダ油(ハイオレイック) 菓糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 食パン(つかせい) (ピーナッツバター)	うんしゅうみかん、じょうろ(早生、生) あおさ(葉干し) こまつな(葉、生) プラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果実、生) しょうゆ(醸造、生) しょうゆ(生)	エネルギー：530kcal たんぱく：20g 脂質：12.5g	カルシウム：203mg 食塩相当量：1.8g
23 木	勤労感謝の日							
24 金	ぶどうゼリー	きのこご飯 プリの照り焼き ポテトサラダ わかめ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ ぶり(成魚、生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ハム(ローズ) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) じゃがいも(焼き、生) マヨネーズ(全卵型) ショートケーキ	まいたけ(生) ぶなしめじ(生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(原葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネル) はちまき(葉、生) パナナ(生)	エネルギー：556kcal たんぱく：18.6g 脂質：19.9g	カルシウム：177mg 食塩相当量：0.9g
25 土	リンゴジュース もち麦 せんべい	ジャムパン スパゲティナポリタン 牛乳 スイーツ	ヤクルト ぼたぼた焼き	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニ、スパゲッティ(乾) オリーブ油 ロールパン	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)	エネルギー：513kcal たんぱく：13.8g 脂質：14.3g	カルシウム：188mg 食塩相当量：1.5g
26 日								
27 月	牛乳 味しらべ	むらくも汁 さき身揚げ 白菜の塩昆布和え ご飯 みかん	野菜生活 手作りラスク	普通牛乳100 かつお節 蒸ししゃま ぶり(成魚、生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) さき身(生)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼き、生) プレミックス粉(てんぷら用) サラダ油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 食パン(つかせい) (ピーナッツバター)	にんじん(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) はくさい(結球葉、生) 塩昆布 うんしゅうみかん、じょうろ(早生、生)	エネルギー：529kcal たんぱく：21.3g 脂質：15.8g	カルシウム：176mg 食塩相当量：2g
28 火	麦茶 りんご	ヒレカツ 千切キャベツ 大根煮 コーンスープ ご飯 バナナ	牛乳 パーケーキ	ふた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 普通牛乳100	無塩バター(乾) サラダ油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ソフト) ケーキ用 菓糖(三温糖) 無塩バター(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 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(クリームスタイル) だいこん(根、皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー：500kcal たんぱく：17.3g 脂質：17.8g	カルシウム：171mg 食塩相当量：1.1g
29 水	ソファール元氣 ヨーグルト	焼き魚(鮭) 和風ポテサラ ヤーコンのきんぴら もずくスープ ご飯 グレープフルーツ	牛乳 クリームパン	べにざけ(生) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	じゃがいも(焼き、生) マヨネーズ(全卵型) きいも(焼き、生) こま油 さつまいも(焼き、生) 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) きゅうり(果実、生) 塩昆布 もずく(塩蔵、塩抜き) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：536kcal たんぱく：23.3g 脂質：17.7g	カルシウム：310mg 食塩相当量：0.9g
30 木	麦茶 芋けんぴ	マーボーナス 花型卵 きゃべつ汁 チーズ ご飯 りんご	スキムミルク クラッカー	ぶた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 プロセスチーズ 脱脂粉乳 普通牛乳	米かりんどう ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	なす(果実、生) たらこ(根、皮つき、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) キャベツ(結球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：510kcal たんぱく：17.9g 脂質：16.8g	カルシウム：239mg 食塩相当量：1.4g

給食MEMO

- 15日 焼き芋パーティー
- 18日 もちつき大会
- 24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。

