

平成29年12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	牛乳 卵ボーロ	焼きそば ほうれんそうのお浸し 牛乳 中華スープ みかん	リンゴジュース ぱりんこ	普通牛乳100 ふた大型種 かつ(鶏身つき、生)	ポロ(衛生ポロ) 煎し中華めん サラダ油(ハイオレリック) 米菓(塩せんべい)	あおき(漬干し) 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) ほうれんそう(葉、連年平均、生) ブラックオリーブ(油) (生)	エネルギー: 467kcal タンパク: 14.5g 脂質: 14.3g	カルシウム: 282mg 食塩相当量: 1.8g
2 土	麦茶 野菜かりんとう	甘バターサンド ポルシチ 牛乳 りんご	バナナ	ふた大型種 かつ(鶏身つき、生) 普通牛乳100	かりんとう(黒) クリームサンド ジャガイモ(塊茎、生) サラダ油(ハイオレリック)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) トマト(果実、生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) たまねぎ(りん茎、生) りんご(皮むき、生) パナナ(果実、生)	エネルギー: 563kcal タンパク: 17.2g 脂質: 17.3g	カルシウム: 184mg 食塩相当量: 1.1g
3 日								
4 月	牛乳 白い風船	ココロスープ 厚揚げのみそ焼き さつま芋チップ オレンジ ご飯	ソファール(プレーン) 芋花子	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) 生揚げ 米みそ(淡色赤みそ)	ウエハース オリーブ油 車輪(三連輪) さつまいも(塊根、皮むき、生) サラダ油(ハイオレリック) 水稲穀粒(精白米)	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) 皮つき、生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 634kcal タンパク: 15.3g 脂質: 27.4g	カルシウム: 356mg 食塩相当量: 2.1g
5 火	スポロン 磯せんべい	チーズハンバーグ 三色和え わかめスープ ご飯 粉ふき芋 スイーツ	牛乳 アップルマフィン	ふた ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳100 普通牛乳	米菓(塩せんべい) パン粉(乾燥) ごま(白) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、生) プレミックス粉(ホットケーキ用) 無塩バター 車輪(三連輪)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、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) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) わかめ(乾燥、水戻し)	エネルギー: 664kcal タンパク: 27.2g 脂質: 25.7g	カルシウム: 381mg 食塩相当量: 1.1g
6 水	ぶどうゼリー	さばの味噌煮 ポテトサラダ なめこ汁 ご飯 ブロッコリー グレープフルーツ	牛乳 ソフトフランス ピーナツパン	ふた大型種 ロース(鶏身つき、生) 黄だし(水炊き用) 鶏卵 全卵(生) まぐら(煮付け) 水、プレーン、ライト かつお節 米みそ(甘みそ) 油揚げ 脱脂粉乳	車輪(三連輪) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) コッパン らっかせい(ピーナツバター)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) うんしゅうりょう(果実、生) りんご(皮むき、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 604kcal タンパク: 21.3g 脂質: 21.3g	カルシウム: 174mg 食塩相当量: 1.9g
7 木	野菜生活 おこし	五目昆布 スクランブルエッグ きゃべつ汁 ご飯 白煮の煮びたし デコボン	スキムミルク チョコイス	ふた大型種 ロース(鶏身つき、生) 黄だし(水炊き用) 鶏卵 全卵(生) まぐら(煮付け) 水、プレーン、ライト かつお節 米みそ(甘みそ) 油揚げ 脱脂粉乳	はとむぎ(精白粒) 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(漬干し) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) キャベツ(結球葉、生) えのきたけ(生) はくさい(結球葉、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 473kcal タンパク: 17.3g 脂質: 12.4g	カルシウム: 234mg 食塩相当量: 1.5g
8 金	麦茶 りんご	カレーうどん ポテトコロッケ なめこ汁 ご飯 牛乳 ブロッコリー みかん	わかめおにぎり ジョア(プレーン)	かつお節 ぶた大型種 かつ(鶏身つき、生) 鶏卵 全卵(生) ふた ひき肉(生) 普通牛乳100 しろさけ(焼き)	うどん(ゆで) パン粉(生) 薄力粉(1等) じゃがいも(塊茎、生) サラダ油(ハイオレリック) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	りんご(皮むき、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうかん(砂じょう、生) たまねぎ(りん茎、生) プロコリー(花序、生) うんしゅうりょう(果実、生) 乾わかめ(乾燥)	エネルギー: 590kcal タンパク: 21.3g 脂質: 21g	カルシウム: 437mg 食塩相当量: 2.1g
9 土	カルピス 味しらべ	ブルーベリーパン たまごサラダ 牛乳 バナナ	なかよしプリン うす塩せんべい	鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳酸菌) 米菓(塩せんべい) 食パン らっかせい(ピーナツバター) マヨネーズ(全卵型)	たまねぎ(漬干し) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) キャベツ(結球葉、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 565kcal タンパク: 18g 脂質: 20g	カルシウム: 201mg 食塩相当量: 1.8g
10 日								
11 月	牛乳 バナナ	栄養すいとん 笹かま揚げ ご飯 塩昆布漬け みかん	ジョア(プレーン) 手作りクッキー	普通牛乳100 鶏こし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ふた大型種 かつ(鶏身つき、生) 若鶏 全卵(生) 米	白玉粉 サラダ油(ハイオレリック) プレミックス粉(めんがら用) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) 無塩バター 車輪(三連輪)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) はくさい(結球葉、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布	エネルギー: 660kcal タンパク: 23.7g 脂質: 21.9g	カルシウム: 453mg 食塩相当量: 1.7g
12 火	麦茶 バームクーヘン	松風焼き ごぼうサラダ まいたけ汁 ご飯 りんご	スポロン 星たべよ	鶏肉 ひき肉(生) 鶏こし豆腐 鶏卵 全卵(生) かつお節 若鶏 さき身(生) 油揚げ かつお節	バターケーキ ごま(白) 車輪(三連輪) パン粉(乾燥) ドレッシングタイプ 和風調味料 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) まいたけ(生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 490kcal タンパク: 20.4g 脂質: 13.1g	カルシウム: 111mg 食塩相当量: 1.1g
13 水	ヤクルト ゴマせんべい	ミートスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 ブロッコリー オレンジ	スキムミルク ビスコ	ふた ひき肉(生) ミートソース ナチュラルチーズ(ハルメグ) ぶた 肝臓 全卵(生) 普通牛乳100 脱脂粉乳 普通牛乳	米菓(塩せんべい) マカロニス(パグチ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレリック) マヨネーズ(全卵型) 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) トマト(果実、生) しんじょう(果実、生) プロコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 680kcal タンパク: 27.8g 脂質: 24g	カルシウム: 296mg 食塩相当量: 1.4g
14 木	みかんジュース きんぴら	すき焼き 魚煮 花型卵 大根汁 ご飯 スイーツ	牛乳 カレーパン	成鶏 むね(皮つき、生) 焼き豆腐 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 ふた ひき肉(生) ナチュラルチーズ(ハルメグ)	かりんとう しろさき 車輪(三連輪) じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米) ロールパン オリーブ油	うんしゅうりょう(果実、生) マヨネーズ(全卵型) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) しんじょう(果実、生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー: 615kcal タンパク: 22.2g 脂質: 19.7g	カルシウム: 272mg 食塩相当量: 1.7g
15 金	ミルク Caせんべい	焼き魚(鮭) マカロニサラダ ニラ玉汁 ご飯 デコボン	野菜生活 クラッカー	べにざけ(生) ハム(ロース) プロセスチーズ 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) マカロニス(パグチ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 517kcal タンパク: 22g 脂質: 11.3g	カルシウム: 176mg 食塩相当量: 1g
16 土	麦茶 うす焼き せんべい	保育発表会 (アンパンマンパン 牛乳 みかん ビスコ)		普通牛乳200	米菓(塩せんべい) チョココロネ ビスケット(ソフト)	うんしゅうりょう(果実、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 600kcal タンパク: 14g 脂質: 24.2g	カルシウム: 321mg 食塩相当量: 1g
17 日								
18 月	牛乳 黒糖ミルク	肉団子スープ 温野菜 大学芋 りんご ご飯	ジョア(プレーン) 手 作りチーズラスク	普通牛乳100 鶏肉 ひき肉(生) まぐら(煮付け) 油漬 フレーク、ライト ナチュラルチーズ(ハルメグ)	米菓(塩せんべい) 緑豆はるる(乾) じゃがいも(塊茎、生) ドレッシングタイプ 和風調味料 さつまいも(塊根、皮むき、生) 車輪(三連輪) はくさい(結球葉、生) マカロニス(パグチ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレリック) マヨネーズ(全卵型) 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) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) チェンゲンサイ(葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) しんじょう(果実、生) うんしゅうりょう(果実、生)	エネルギー: 632kcal タンパク: 23.6g 脂質: 16.7g	カルシウム: 464mg 食塩相当量: 2.7g
19 火	ヤクルト ハッピータン	鶏のから揚げ 青菜和え チンゲン菜スープ ご飯 チーズ みかん	ぶどうゼリー 青のりせんべい	若鶏 もも(皮つき、生) ベーコン(ベーコン) プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) サラダ油(ハイオレリック) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) ブラックマツタケ(生) にんじん(根、皮つき、生) しょうゆ(生) うんしゅうりょう(果実、生)	エネルギー: 563kcal タンパク: 18.8g 脂質: 19.9g	カルシウム: 182mg 食塩相当量: 1.7g
20 水	麦茶 りんご	タラのホイル焼き 春雨サラダ 白菜汁 ご飯 スイーツ	牛乳 チョコパン	まだら(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 緑豆はるる(乾) ドレッシングタイプ 和風調味料 じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米) チョココロネ	りんご(皮むき、生) えのきたけ(生) ぶなしじ(生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) きゅうり(果実、生)	エネルギー: 418kcal タンパク: 14.7g 脂質: 11.2g	カルシウム: 182mg 食塩相当量: 0.8g
21 木	豆乳 醤油せんべい	五目納豆 冬至かぼちゃ 大根汁 ご飯 オレンジ	牛乳 蒸しパン	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ ゆで小豆缶詰 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	豆乳(調整豆乳) 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(三連輪) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) クリームパン	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果実、生) だいこん(根、皮つき、生) ぶなしじ(生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 568kcal タンパク: 21.2g 脂質: 17.1g	カルシウム: 261mg 食塩相当量: 1.5g
22 金	食べるジョア (ブルーベリー)	ピラフのホワイトソースかけ タンドリーチキン コンソメスープ スパゲティサラダ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	普通牛乳 ヨーグルト(全糖無糖) 若鶏 もも(皮つき、生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) 無塩バター 薄力粉(1等) マカロニス(パグチ(乾) マヨネーズ(全卵型) ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) マッシュルーム(水炊き用) にんにく(りん茎、生) はくさい(結球葉、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 699kcal タンパク: 23.2g 脂質: 28.3g	カルシウム: 294mg 食塩相当量: 1g
23 土	天皇誕生日							
24 日								
25 月	牛乳 きなこせんべい	クリスマスチュー ミートローフ にんじんグラッセ スイーツ ご飯	デコレーションケーキ 野菜生活	普通牛乳100 成鶏 むね(皮つき、生) ふた ひき肉(生) 鶏こし豆腐 鶏卵 全卵(生) ホイップクリーム(乳脂肪)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) 無塩バター 車輪(三連輪) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) ミルクチョコレート	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) プロコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 587kcal タンパク: 19.3g 脂質: 16.9g	カルシウム: 204mg 食塩相当量: 0.9g
26 火	麦茶 動物ビスケット	ミラノ風チキンカツ キャベツ和え ほうれん草汁 ご飯 デコボン	ソファール(プレーン) おしゃぶりするめ	鶏卵 全卵(生) 若鶏 むね(皮つき、生) サラダ油(ハイオレリック) 凍り豆腐(乾) かつお節 米みそ(甘みそ) いか加工品(するめ)	ビスケット(ソフト) パン粉(生) 薄力粉(1等) サラダ油(ハイオレリック) サウザンアイランドドレッシング 水稲穀粒(精白米)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) プロコリー(花序、生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 614kcal タンパク: 30.7g 脂質: 25g	カルシウム: 271mg 食塩相当量: 1.3g
27 水	ヤクルト あまから せんべい	白身魚のタルタルソース 小松菜のゴマ和え もずくスープ ご飯 みかん	牛乳 クリームパン	まだら(生) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	米菓(甘みそせんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレリック) マヨネーズ(全卵型) ごま(白) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうりょう(果実、生)	エネルギー: 615kcal タンパク: 22.9g 脂質: 21.9g	カルシウム: 245mg 食塩相当量: 1.1g
28 木	りんごゼリー	八宝菜 花型卵 かぶ汁 ご飯 ヤーコンのきんぴら スイーツ	牛乳 焼き芋	ふた大型種 かつ(鶏身つき、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	サラダ油(ハイオレリック) でん粉(じゃがいもでん粉) きんぴら(生) ごま油 ごま(白) さつまいも(塊根、皮むき、生)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) エリンギ(生) たまねぎ(りん茎、生) たけのこ(水炊き用) かつお節(生) かつお節(生)	エネルギー: 353kcal タンパク: 11.8g 脂質: 10.4g	カルシウム: 253mg 食塩相当量: 0.4g
29 金	牛乳 サブレ	けんちんそうめん 揚げ出し豆腐 ブロッコリー デコボン	ぶどうジュース ばかうけ	普通牛乳100 油揚げ かつお節 若鶏 もも(皮つき、生) 凍り豆腐(乾)	ウエハース そうめん、ひやむぎ(乾) サラダ油(ハイオレリック) でん粉(じゃがいもでん粉) 車輪(三連輪) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	だいこん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(生) (葉、生) こぼろ(根、生) プロコリー(花序、生) ほうかん(砂じょう、生)	エネルギー: 650kcal タンパク: 25.4g 脂質: 27.9g	カルシウム: 363mg 食塩相当量: 2.6g
30 土	麦茶 アンパンマン せんべい	チョコチップメロンパン ラックミー(バナナ) みかん	ぶどうゼリー コーンポタージュ せんべい	米菓(塩せんべい) ミルクチョコレート	うんしゅうりょう(果実、生)	エネルギー: 600kcal タンパク: 15.6g 脂質: 11.8g	カルシウム: 29mg 食塩相当量: 0.7g	
31 日	大晦日							

給食MEMO

- 16日 保育発表会
- 22日 お誕生会
- 25日 クリスマス会

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。

