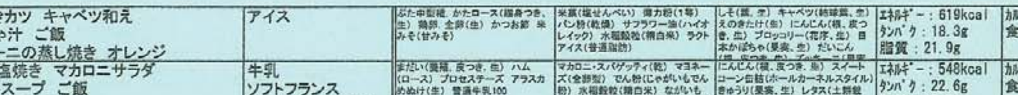
平成30年7月 献立表

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	日								
2	月	牛乳 バナナ	トマトシチュー 竹輪のカレー揚げ 小松菜のなめたけ和え オレンジ ご飯	ソフール(プレーン) 芋花子	普通牛乳100 成鶏. むね(皮つき、生) 焼き竹輪	じゃがいも(塊茎、生) プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生)	バナナ(生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果実、生) こまつな(葉、生) えのきた	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 590kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 15.2g 脂質 : 22.7g	ｶﾙｼｳﾑ : 304mg 食塩相当量 : 0.5g
3	火	ヤクルト ゴマせんべい	青しその照り焼きチキン ナムル ほうれん草汁 ご飯 トマト メロン	牛乳 ビスコ	若鶏. もも(皮つき、生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ドレッシングタイプ和風調味料 ごま油 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	しそ(葉、生) ブ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) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 474kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 17g 脂質 : 14.9g	ｶﾙｼｳﾑ : 207mg 食塩相当量 : 0.8g
4	水	りんごゼリー	ししゃもの天ぷら 寒天サラダ コーンスープ ご飯 いんげんのゴマ和え スイカ	牛乳 レーズンパン	からふとししゃも(生干し、生) ハム(ロース) 鶏卵. 全卵(生) 普通牛乳100	プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油(ハイオレイック) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) ごま(いり) チョココロネ	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) てんぐさ(寒天) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ク	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 514kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 17g 脂質 : 19.4g	ｶﾙｼｳﾑ : 309mg 食塩相当量 : 1.6g
5	木	麦茶 白い風船	マーボーナス 花型卵 なめこ汁 ご飯 きゅうりの塩昆布和え ゴールデンキウイ	ジョア(プレーン) 炊き込み飯おにぎり	ぶた. ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵. 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 油揚げ	ウエハース ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	なす(果実、生) にら(葉、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) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) きゅ	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 491kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 21.6g 脂質 : 9.3g	ｶﾙｼｳﾑ : 343mg 食塩相当量 : 1.1g
6	金	なかよしヨーグルト	七夕そうめん 豚肉とパプリカの炒め物 麦茶 とうもろこし カルピスポンチ	牛乳 ケーキ	かつお節 鶏卵. 全卵(生) なると 若鶏. もも(皮つき、焼き) ぶた大型種. かた(脂身つき、生) 普通牛乳100	そうめん. ひやむぎ(乾) 乳酸菌飲料(乳製品) ショートケーキ	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) オクラ(果実、生) 赤ピーマン(果実、生) 黄ピーマン(果実、生) スイートコーン(未熟種	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 539kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 20.5g 脂質 : 17.1g	ｶﾙｼｳﾑ : 240mg 食塩相当量 : 1.9g
7	土	スポロン アスパラガス	ピーナツサンド 野菜の豆乳煮込み 牛乳 ぶどう	なかよしプリン 雪の里せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン らっかせい(ピーナッツバター) 豆乳(調整豆乳)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) ぶどう(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 558kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 18.2g 脂質 : 19.4g	ｶﾙｼｳﾑ : 221mg 食塩相当量 : 1.7g
8	日								
9	月	牛乳 味しらべ	中華スープ ささ身揚げ ご飯 ブロッコリー ゴールデンキウイ	ソフール(プレーン) クッキー	普通牛乳100 鶏肉. ひき肉(生) 若鶏. ささ身(生)	米菓(塩せんべい) 緑豆はるさめ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 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) 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) ブロッコリー(花序、	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 516kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 16.6g 脂質 : 17.9g	ｶﾙｼｳﾑ : 285mg 食塩相当量 : 1.9g
10	火	麦茶 バターサブレ	和風ハンバーグ 三色和え トマトスープ ご飯 スイカ	スポロン まがりせんべい	ぶた. ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵. 全卵(生)	サブレ パン粉(乾燥) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だいこん(根、皮つき、生) しそ(葉、生) こまつな(葉、生) えのきたけ(生) トマト(果実、生) レ	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 455kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 18.5g 脂質 : 12.8g	ｶﾙｼｳﾑ : 148mg 食塩相当量 : 2.3g
11	水	ミルミル ばかうけ	焼き魚(鮭) ポテトサラダ 玉ねぎ汁 ご飯 金時豆 ぶどう	牛乳 カレーパン	べにざけ(生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(エダム) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100 ぶた. ひき肉(生)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) ロールパン オリーブ油 パン粉(乾燥)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) ぶどう(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 733kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 30.7g 脂質 : 24.6g	ｶﾙｼｳﾑ : 363mg 食塩相当量 : 2.1g
12	木	ぶどうゼリー	ひじきの煮物 スクランブルエッグ 小松菜汁 ご飯 メロン とうもろこし	牛乳 バナナカップケーキ	ぶた大型種. ロース(脂身つき、生) 黄だいず(水煮缶詰) 焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) まぐろ類缶詰(水煮、フレーク、ライト) かつお節 米みそ	車糖(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	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) オクラ(果実、生) こまつな(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) メロン(温室メロン、	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 458kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 15.5g 脂質 : 15.2g	ｶﾙｼｳﾑ : 243mg 食塩相当量 : 1.1g
13	金	麦茶 野菜かりんとう	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 いんげん ゴールデンキウイ	アイス	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	かりんとう(黒) マカロニ・スパゲッティ(乾) 無塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレイック) マヨネーズ(全卵型) ラクト	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) さやいんげん(若ざや、生) ゴールデンキウイ	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 695kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 21.3g 脂質 : 35.1g	ｶﾙｼｳﾑ : 237mg 食塩相当量 : 2g
14	土	ヤクルト アンパンマンせんべい	ハムコーンパン 牛乳 バナナ	りんごゼリー 青のり餅せんべい	プロセスチーズ ハム(ロース) 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) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 625kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 15.7g 脂質 : 14.1g	ｶﾙｼｳﾑ : 209mg 食塩相当量 : 1.6g
15	日								
16	月	海の日							
17	火	ジョア うす焼きせんべい	しそ巻きカツ キャベツ和え かぼちゃ汁 ご飯 ズッキーニの蒸し焼き オレンジ	アイス	ぶた中型種. かたロース(脂身つき、生) 鶏卵. 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) 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) ラクトアイス(普通脂肪)	しそ(葉、生) キャベツ(結球葉、生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) 日本かぼちゃ(果実、生) だいこん	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 619kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 18.3g 脂質 : 21.9g	ｶﾙｼｳﾑ : 392mg 食塩相当量 : 1g
18	水	ソフール	赤魚の塩焼き マカロニサラダ とろりんスープ ご飯 長芋の煮物 メロン	牛乳 ソフトフランス (ジャム＆マーガリン)	まだい(養殖、皮つき、生) ハム(ロース) プロセスチーズ アラスカめぬけ(生) 普通牛乳100	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) ながいも(塊根、生) 車糖(三温糖) コッペパ	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(土耕栽培、結球葉、生) たまねぎ(りん茎、	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 548kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 22.6g 脂質 : 17.5g	ｶﾙｼｳﾑ : 310mg 食塩相当量 : 1g
19	木	豆乳 バナナ	肉じゃが スクランブルエッグ モロヘイヤ汁 ご飯 ゴールデンキウイ	野菜生活 とうもろこし	ぶた大型種. かた(脂身つき、生) かつお節 鶏卵. 全卵(生) プロセスチーズ 米みそ(甘みそ)	豆乳(調整豆乳) じゃがいも(塊茎、生) しらたき 車糖(三温糖) サフラワー油(ハイオレイック) 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざや、生) モロヘイヤ(茎葉、生) ゴールデンキウイ スイート	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 488kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 18.8g 脂質 : 12.4g	ｶﾙｼｳﾑ : 160mg 食塩相当量 : 0.9g
20	金	牛乳 源氏パイ	冷やしそうめん なすとひき肉のみそ炒め とうもろこし ぶどう	ヤクルト 黒糖ミルクせんべい	普通牛乳100 かつお節 若鶏. もも(皮つき、焼き) 米みそ(甘みそ) ぶた. ひき肉(生)	リーフパイ そうめん. ひやむぎ(乾) 車糖(三温糖) サフラワー油(ハイオレイック) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) なす(果実、生) ぶどう(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 512kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 17.9g 脂質 : 13g	ｶﾙｼｳﾑ : 175mg 食塩相当量 : 2.6g
21	土	麦茶 星たべよ	ピザトースト 牛乳 スイカ	フルーツジュース マリービスケット	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 ビスケット(ソフト)	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) すいか(赤肉種、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 427kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 14.3g 脂質 : 15.7g	ｶﾙｼｳﾑ : 251mg 食塩相当量 : 1.6g
22	日								
23	月	牛乳 雪の宿せんべい	ワンタンスープ 鶏肉のさっぱり煮 ご飯 野菜チヂミ ゴールデンキウイ	フルーツヨーグルト がんばれ小魚家族	普通牛乳100 ぶた. ひき肉(生) 若鶏. もも(皮つき、生) 鶏卵. 全卵(生) ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) しゅうまいの皮 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ごま油 薄力粉(1等) でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(甘辛せんべい)	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) ブラックマッペもやし(生) に	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 478kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 16.3g 脂質 : 12.8g	ｶﾙｼｳﾑ : 193mg 食塩相当量 : 0.5g
24	火	ミルミル もち麦せんべい	ふわふわ鶏から揚げ 小松菜のゴマ和え オクラスープ ご飯 スイカ	牛乳 ポップコーン	鶏肉. ひき肉(生) 絹ごし豆腐 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) サフラワー油(ハイオレイック) ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) ポップコーン	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) こまつな(葉、生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) オクラ(果実、	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 506kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 19.2g 脂質 : 17.7g	ｶﾙｼｳﾑ : 286mg 食塩相当量 : 1.5g
25	水	麦茶 芋けんぴ	さんまのかば焼き ところてんサラダ なす汁 ご飯 いんげん オレンジ	牛乳 玄米パン	さんま(皮つき、生) ハム(ロース) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	芋かりんとう でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) 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 水稲穀粒(精白米) マ	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子ホール、冷凍) きゅうり(果実、生) てんぐさ(ところてん) な	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 542kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 17.4g 脂質 : 24.3g	ｶﾙｼｳﾑ : 190mg 食塩相当量 : 1.1g
26	木	なかよしプリン	オクラ入り五目納豆 さつまいもの甘煮 まいたけ汁 ご飯 ブロッコリー スイカ	ヤクルト ぽたぽたせんべい	焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	オクラ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) まいたけ(生) ブロッコリー(花序、生) すいか(赤肉種、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 506kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 15.7g 脂質 : 14.8g	ｶﾙｼｳﾑ : 174mg 食塩相当量 : 1.5g
27	金	牛乳 芭蕉揚げ	塩焼きそば たまごスープ 牛乳 トマト ぶどう	アイス	ベーコン(ベーコン) 若鶏. もも(皮つき、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん バレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) 無塩バター オリーブ油 ラクトアイス(普通脂肪)	にんにく(りん茎、生) にら(葉、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果実、生) ぶどう(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 464kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 15.4g 脂質 : 21.9g	ｶﾙｼｳﾑ : 189mg 食塩相当量 : 1.7g
28	土	カルピス ミニサラダせんべい	ソフトフランス(あんバターパン) カラフルサラダ 牛乳 メロン	ぶどうゼリー ハッピーターン	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) あんパン 無塩バター フレンチドレッシング	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) 黄ピーマン(果実、生) きゅうり(果実、生) トマト(果実、生) メロン(温室メロン、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 472kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 13.1g 脂質 : 13.6g	ｶﾙｼｳﾑ : 198mg 食塩相当量 : 1.5g
29	日								
30	月	麦茶 きなこせんべい	チーズカレー 小女子 牛乳 コールスローサラダ ゴールデンキウイ	手作り飲むヨーグルト 動物ビスケット	プロセスチーズ ぶた大型種. かた(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳100 ハム(ロース) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳1リットル	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 乳酸菌飲料(乳製品) 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) マッシュルーム(生) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) ゴールデンキ	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 497kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 16.3g 脂質 : 23g	ｶﾙｼｳﾑ : 352mg 食塩相当量 : 1.8g
31	火	りんごゼリー	焼肉 ビーフンソテー 春雨スープ ご飯 トマト メロン	牛乳 クラッカー	ぶた大型種. ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 普通牛乳100	ビーフン オリーブ油 緑豆はるさめ(乾) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) にら(葉、生) チンゲンサイ(葉、生) トマト(果実、生) メロン(温室メロン、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ : 501kcal ﾀﾝﾊﾟｸ : 17.1g 脂質 : 15.4g	ｶﾙｼｳﾑ : 162mg 食塩相当量 : 1.2g

給食MEMO

6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。