令和2年2月　献　立　表

3歳未満児　　会津報徳保育園

日	曜	献立名 朝間	昼食	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価	
1	土	麦茶 お野菜チップス	ソフトフランス(ジャム＆マーガリン) ミートソースグラタン　牛乳　オレンジ	ぶどうゼリー 歌舞伎揚げ	ぶた ひき肉(生) ミートソース ナチュラルチーズ(パルメザン) 普通牛乳 1リットル 普通牛乳100	ポテトチップス(ポテトチップス) コッペパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) マカロニ・スパゲッティ(乾) 有塩バター 揚力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	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) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：496kcal タンパク：14.2g 脂質：16.5g	カルシウム：207mg 食塩相当量：1.4g
2	日								
3	月	麦茶 煮豆	おに★スパパーグ 野菜スープ　みかん　わかめおにぎり	ソフール (ストロベリー) えびの華	大豆たんぱく(粒状大豆たんぱく) ハム(ロース) ぶた ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 凍り豆腐(乾)	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) パン粉(乾燥) スナック(コーンスナック) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	青ピーマン(果実、生) さやえんどう(莢ざや、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) はくさい(結球葉、生) かぶ(根、皮) かぶ(根、皮つき)	エネルギー：620kcal タンパク：32.7g 脂質：18.1g	カルシウム：368mg 食塩相当量：1.6g
4	火	牛乳 ビスコ	カレイのムニエルきのこソースがけ 三色和え 大根汁　ご飯　デコポン	ジョア(プレーン) ロールケーキ	普通牛乳 1リットル まがれいいち(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) ホイップクリーム(植物性脂肪)	ビスケット(ソフト) 有塩バター 薄力粉(1等) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) ざらめ糖(グラニュー糖)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) えのきだけ(生) レモン(果汁、生) こまつな(葉、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつ	エネルギー：644kcal タンパク：25.2g 脂質：21.3g	カルシウム：474mg 食塩相当量：0.9g
5	水	牛乳 いちご	照り焼きチキン　シーザーサラダ わかめスープ　ご飯　大根煮 りんご	スポロン ばかうけ	普通牛乳 1リットル 豆腐、もも(皮つき、生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(パルメザン) かつお節	マヨネーズ(全卵型) ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	いちご(生) しょうが(根菜、生) にんにく(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) わかめ(原藻、生)	エネルギー：508kcal タンパク：19.6g 脂質：17g	カルシウム：249mg 食塩相当量：0.8g
6	木	ヤクルト ハッピーターン	酢豚　半月卵 なめこ汁　ご飯　ベイクドじゃが ポンカン	牛乳 アメリカンドック	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 追揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 魚肉ソーセージ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) サララワー油(ハイオレイック) 車麩(三温糖) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) プレミックス粉(ホットケーキ用)	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(水煮缶詰) だいこん(根、皮つき、生) あおのり(青干し) ぽんかん(砂じょう、生)	エネルギー：619kcal タンパク：19.4g 脂質：26.9g	カルシウム：212mg 食塩相当量：1.4g
7	金	りんごゼリー	ロコモコ風丼 水菜サラダ　コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) パン粉(乾燥) 車麩(三温糖) ドレッシングタイプ和風調味料 ショートケーキ	キャベツ(結球葉、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) ブラックマッペもやし(生) みずな(葉、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) うんしゅうみ	エネルギー：594kcal タンパク：19.8g 脂質：18.6g	カルシウム：227mg 食塩相当量：1.3g
8	土	麦茶 もち麦せんべい	ハムコーンパン 牛乳　みかん	りんごゼリー ぱりんこ	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) うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	エネルギー：483kcal タンパク：13.8g 脂質：13.8g	カルシウム：188mg 食塩相当量：1.6g
9	日								
10	月	麦茶 ミニサラダせんべい	菜の花カレー　カラフルサラダ 牛乳　小女子　ポンカン　ご飯	ソフール(プレーン) 手作りクッキー	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 いかなご(生)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) プレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん茎、生) なずな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ゴリンギ(生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 黄ピーマン(果実、生) きゅうり(果実、生) 赤ピーマン(果実、生)	エネルギー：546kcal タンパク：17.3g 脂質：16.9g	カルシウム：344mg 食塩相当量：1.5g
11	火	建国記念日							
12	水	麦茶 りんご	赤魚の煮付け　マカロニサラダ ニラ玉汁　ご飯　じゃがバター　せとか	牛乳 焼きそばパン	アラスカめぬけ(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) 普通牛乳100 ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生)	食油(三温糖) マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 薄力中華めん サララワー油(ハイオレイック) コッペパン	りんご(皮むき、生) しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にら(葉、生) うんしゅうみかん・じょうのう(普生、生) たま	エネルギー：443kcal タンパク：17.9g 脂質：17.6g	カルシウム：192mg 食塩相当量：1.5g
13	木	ぶどうゼリー	五目納豆　さつまいもの甘煮 チンゲン菜スープ　ご飯　ブロッコリー デコポン	牛乳 ビスコ	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車麩(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) ブロッコリー(花序、生) ぽんかん(砂じょう、生)	エネルギー：525kcal タンパク：17.1g 脂質：17.7g	カルシウム：223mg 食塩相当量：1.4g
14	金	牛乳 白い風船	マーボーラーメン　竹輪の磯部揚げ 牛乳　キャベツ和え いちご	リンゴジュース チョコケーキ	普通牛乳100 かつお節 ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) ホイップクリーム(乳脂肪・植物性脂肪)	ウエハース 中華めん(生) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) プレミックス粉(てんぷら用) サララワー油(ハイオレイック) サウザンアイランドドレッシング プレミックス粉(ホットケー	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にら(葉、生) あおさ(黒干し) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) い	エネルギー：702kcal タンパク：21.2g 脂質：31.9g	カルシウム：325mg 食塩相当量：1.6g
15	土	ミルミル Caせんべい	ツナコーンサンド 牛乳　はるか	なかよしプリン 磯せんべい	まぐろ脂身類(缶漬、フレーク、ライト) 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) 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) うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	エネルギー：575kcal タンパク：17.9g 脂質：19.3g	カルシウム：300mg 食塩相当量：1.4g
16	日								
17	月	牛乳 いちご	むらくも汁　笹かま揚げ 大根のそぼろ煮 きのこご飯　ポンカン	手作り飲むヨーグルト おしゃぶりするめ	普通牛乳100 かつお節 麩しかまぼこ 鶏卵、全卵(生) 若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳 1リットル いか加工品(するめ)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 乳酸菌飲料(乳製品)	いちご(生) にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にんにく(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生) えのきだけ(触付け基礎) ぽん	エネルギー：305kcal タンパク：20.4g 脂質：13.1g	カルシウム：216mg 食塩相当量：0.8g
18	火	ジョア (ストロベリー) 雪の里せんべい	焼き魚(鮭)　ポテトサラダ みつ葉のかき玉汁　ご飯　長芋の煮物　宇和ゴールド	牛乳 クリームパン	べにざけ(生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(エダム) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ながいも(塊根、生) 車麩(三温糖) クリームパン	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) 糸みつば(葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：628kcal タンパク：28g 脂質：18.2g	カルシウム：474mg 食塩相当量：1.3g
19	水	食堂ごっこ(ゆかりおにぎり ビーフンソテー 野菜生活 麦茶 照り焼きチキン さつまいもスティック たくあん フルーツポンチ)		ぶどうゼリー うす焼きせんべい	ベーコン(ロース) かつお節 若鶏、もも(皮つき、生)	水稲穀粒(精白米) ビーフン オリーブ油 サララワー油(ハイオレイック) さつまいも(塊根、皮むき、生) 米菓(塩せんべい)	しそ(実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) しょうが(根菜、生) にんにく(りん茎、生) たくあん漬(塩押しだいこん漬) もも(缶詰、白肉種、果肉) パインアップル	エネルギー：424kcal タンパク：11.4g 脂質：11.5g	カルシウム：41mg 食塩相当量：0.8g
20	木	スポロン コーンポタジュせんべい	きんぴらごぼう　さつま芋キッシュ まいたけ汁　ご飯 いちご	牛乳 野菜ジュースとチーズの蒸しパン	ぶた赤型種、かたロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) 車麩(三温糖) ごま(いり) しふたき サララワー油(ハイオレイック) さつまいも(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) まいたけ(生) いちご(生)	エネルギー：539kcal タンパク：17.5g 脂質：16.1g	カルシウム：268mg 食塩相当量：1.3g
21	金	麦茶 動物ビスケット	松風焼き　ほうれんそうのナムル 白菜汁　ご飯　チーズ みかん	牛乳 スイートポテト	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節 プロセスチーズ 普通牛乳100 ホイップクリーム(植物性脂肪)	ビスケット(ソフト) ごま(いり) 車麩(三温糖) パン粉(乾燥) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) ブラックマッペもやし(生) にんにく(りん茎、生) はくさい(結球葉、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：516kcal タンパク：22.1g 脂質：18.6g	カルシウム：246mg 食塩相当量：1.1g
22	土	ソフール (プレーン)	甘バターサンド チキンカチャトラ　牛乳　せとか	ぶどうジュース 星たべよ	鶏肉、もも(皮なし、生) 普通牛乳100	クリームサンド 薄力粉(1等) オリーブ油 車麩(三温糖) 米菓(塩せんべい)	トマト缶詰(ホール、食塩無添加) かなしめじ(生) マッシュルーム(生) たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：601kcal タンパク：28.2g 脂質：17.8g	カルシウム：307mg 食塩相当量：1.4g
23	日	天皇誕生日							
24	月	振替休日							
25	火	牛乳 ムーンライト	ブリの照り焼き　かぼちゃサラダ もずくスープ　ご飯　白菜の塩昆布和え 宇和ゴールド	フルーツヨーグルト まがりせんべい	普通牛乳 1リットル ぶり(成魚、生) まぐろ類幼魚(油漬、フレーク、ライト) 鶏卵、全卵(生) ヨーグルト(全脂無糖)	ビスケット(ソフト) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ごま油 米菓(塩せんべい)	日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) もずく(塩蔵、塩抜き) 根深ねぎ(葉、軟白、生) はくさい(結球葉、生) 塩昆布 パレンシアオレンジ(砂じょう、	エネルギー：501kcal タンパク：17.4g 脂質：19.5g	カルシウム：178mg 食塩相当量：1g
26	水	カルピス ゴマせんべい	ハムカツ　もやし和え かぼちゃ汁　ご飯　金時豆 はるか	牛乳 ホットケーキ	ハム(プレス) 鶏卵、全卵(生) かに風味かまぼこ かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(金粒、乾) 普通牛乳100 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サララワー油(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) 車麩(三温糖) プレミック	アルファルファもやし(生) きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) 日本かぼちゃ(果実、生) はたけしめじ(生) うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	エネルギー：557kcal タンパク：19.5g 脂質：14.8g	カルシウム：191mg 食塩相当量：2.6g
27	木	麦茶 黒糖ミルク	切干大根　スクランブルエッグ きゃべつ汁　ご飯　ブロッコリー デコポン	牛乳 ミルクリッチ	竹つま揚げ 追揚げ かつお節 鶏卵、全卵(生) まぐろ類幼魚(水煮、フレーク、ライト) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車麩(三温糖) 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) クリームパン	切干しだいこん(乾) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) ぱんかん(砂じょう、生)	エネルギー：488kcal タンパク：18.2g 脂質：15.8g	カルシウム：233mg 食塩相当量：1.4g
28	金	牛乳 いちご	けんちんうどん　レバーの竜田揚げ ブロッコリー　せとか	ジョア(プレーン)　肉巻きおにぎり	普通牛乳100 追揚げ かつお節 若鶏、もも(皮つき、生) ぶた、肝臓(生) 鶏卵、全卵(生)	うどん(ゆで) サララワー油(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) 車麩(三温糖)	いちご(生) だいこん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) ながさきはくさい(葉、生) ごぼう(根、生) ブロッコリー(花序、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：581kcal タンパク：25.7g 脂質：19.7g	カルシウム：478mg 食塩相当量：1.1g
29	土	白いお星さま ヨーグルト	ソフトフランス(あんバターパン) 春雨ソテー　牛乳　いちご	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	あんバン 無塩バター 緑豆はるさめ(乾) オリーブ油	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) いちご(生) バナナ(生)	エネルギー：522kcal タンパク：13.8g 脂質：15.7g	カルシウム：237mg 食塩相当量：1g

給食MEMO

7日(金)　お誕生会
11日(火)　㊗建国記念日
19日(水)　食堂ごっこ
23日(日)　㊗天皇誕生日
24日(月)　㊗振替休日

1歳6か月未満の子は、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。