

令和2年4月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日曜	献立名		あか 黄 みどり			栄養価	
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のものになる	体の調子を整える	エネルギー	カルシウム
1 水	ピザトースト 牛乳 パナナ	ぶどうジュース ばかうけ	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200	食パン(米菓(塩せんべい))	たまねぎ(りんご、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: 542kcal タンパク: 18.2g 脂質: 16.4g	カルシウム: 329mg 食塩相当量: 1.7g
2 木	肉じゃが スクランブルエッグ わかめ汁 いちご	牛乳 ムーンライト	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) かつお節 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	じゃがいも(焼菓、皮なし、生) しらす(生) 車輪(三温糖) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) さやいんげん(若ざや、生) わかめ(原簿、生) いちご(生)	エネルギー: 341kcal タンパク: 16.1g 脂質: 14.3g	カルシウム: 181mg 食塩相当量: 1.2g
3 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 中華スープ 牛乳 清見オレンジ	野菜生活 カップケーキ	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	高し中華めん、サワラー油(ハイオレリック) 車輪(三温糖) 練乳(生) (乾) プレミックス粉(ホットケーキ用) 無塩バター	あおさ(葉干し) たまねぎ(りんご、生) 青ピーマン(葉菜、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(未熟種子、ゆで) チョコチップ(生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 550kcal タンパク: 19.1g 脂質: 24.6g	カルシウム: 235mg 食塩相当量: 1.7g
4 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜の豆乳煮込み 牛乳 宇和ゴールド	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳200	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) 豆乳(調整豆乳)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、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) パナナ(生)	エネルギー: 565kcal タンパク: 18.5g 脂質: 20g	カルシウム: 310mg 食塩相当量: 2.3g
5 日							
6 月	ポークカレー コールスローサラダ 牛乳 はるか	手作り飲むヨーグルト 黒糖ミルクせんべい	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) ハム(ローズ) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳1リットル	じゃがいも(焼菓、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	にら(葉、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) うんしゅうみかん(生) じゃぶじゃぶ(普通、生)	エネルギー: 359kcal タンパク: 12.6g 脂質: 16g	カルシウム: 248mg 食塩相当量: 1.7g
7 火	チーズハンバーグ 温野菜 アスパラスープ いちご	スポン 熟成サラダせんべい	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) ベーコン(ベーコン)	パン(乾焼) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(原簿、生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若葉、生) いちご(生)	エネルギー: 404kcal タンパク: 23.5g 脂質: 19g	カルシウム: 179mg 食塩相当量: 1.5g
8 水	焼き魚(鮭) ポテトサラダ 金時豆 きゃべつ汁 バナナ	牛乳 揚げパン	スズ(生) ハム(ローズ) ナチュラルチーズ(エダム) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) きざり(金時豆、乾) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	じゃがいも(焼菓、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 車輪(三温糖) コッペパン(ソフト) サワラー油(ハイオレリック)	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) キャベツ(結球葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 487kcal タンパク: 24.3g 脂質: 18.2g	カルシウム: 206mg 食塩相当量: 2.1g
9 木	マーボー豆腐 半月卵 ブロッコリー 玉ねぎ汁 ゴールドデンキウイ	牛乳 ビスコ	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 絹ごし豆腐 鶏卵 全卵(生) 油揚げ かつお節 普通牛乳100	ごま油 せんべい(じゃがいもでん粉) マヨネーズ(全卵型) ビスケット(ソフト)	にら(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんじくりん(葉、生) しよが(根菜、生) たまねぎ(りんご、生) ブロッコリー(花序、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 379kcal タンパク: 16.1g 脂質: 20.7g	カルシウム: 197mg 食塩相当量: 0.9g
10 金	卵とじそうめん ほうれんそうのお浸し 天ぷら(さつまいも、ちくわ)牛乳 宇和ゴールド	ジョア(ストロベリー) クラッカー	かつお節 鶏卵 全卵(生) 若鶏 ちくわ(皮つき、焼) 焼き竹輪 普通牛乳100	そうめん、ひやむぎ(乾) プレミックス粉(でんぷら粉) さつまいも(焼菓、皮むき、生) クラッカー(ソーダ)	糖漬ねぎ(葉、取白、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) さつまいも(焼菓、皮むき、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 569kcal タンパク: 24.7g 脂質: 11.4g	カルシウム: 458mg 食塩相当量: 1.9g
11 土	甘バターサンド きのこソテー 牛乳 清見オレンジ	なかよしプリン ゴマせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳200	クリームサンド 無塩バター 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(若葉、生) たまねぎ(りんご、生) ぶなしめじ(生) エリンギ(生) えのきたけ(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: 658kcal タンパク: 22g 脂質: 27.3g	カルシウム: 344mg 食塩相当量: 1.8g
12 日							
13 月	春野菜シチュー 鶏肉のオレンジ煮 茹でスナップえんどう 牛乳 いちご	フルーツヨーグルト 芋花子	豚肩(皮つき、生) 若鶏 ちくわ(皮つき、焼) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖)	じゃがいも(焼菓、皮なし、生) バレンシアオレンジ(50%果汁入り飲料) 無塩バター マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼菓、皮むき、生) サワラー油(ハイオレリック)	スイートコーン(未熟種子、ゆで) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若葉、生) スナップえんどう(若ざや、生) いちご(生) ゴールデンキウイ(なつみかん(自給))	エネルギー: 420kcal タンパク: 16.6g 脂質: 20.6g	カルシウム: 212mg 食塩相当量: 1g
14 火	ミートボール 青菜和え なめこ汁 宇和ゴールド	気になる野菜 (アップル&キャロット) ぼんち焼き	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) サワラー油(ハイオレリック) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) さつま(葉、生) プラックマッペもやし(生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 426kcal タンパク: 21.3g 脂質: 18.3g	カルシウム: 135mg 食塩相当量: 1.3g
15 水	さばの味噌煮 グリーンサラダ とろりんスープ 清見オレンジ	牛乳 クリームパン	まさば(生) 米みそ(甘みそ) プロセスチーズ(かまぼこ) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	車輪(三温糖) フレンチドレッシング(でんぷら粉) じゃがいも(焼菓、皮むき、生) クリームパン	しよが(根菜、生) アスパラガス(若葉、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(原簿、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 396kcal タンパク: 21.2g 脂質: 17.8g	カルシウム: 222mg 食塩相当量: 1.6g
16 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 茹でさやえんどう 大根汁 ゴールドデンキウイ	牛乳 ホットケーキ	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸糸納豆 プロセスチーズ 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(焼菓、皮むき、生) 車輪(三温糖) プレミックス粉(ホットケーキ用) ソフトタイプマーガリン(家庭用) メープルシロップ	糖漬ねぎ(葉、取白、生) にんじん(根、皮つき、生) にんじくりん(葉、生) プラックマッペもやし(生) えのきたけ(生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 481kcal タンパク: 17.8g 脂質: 21.2g	カルシウム: 288mg 食塩相当量: 1.5g
17 金	お子様ランチ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 鶏卵 全卵(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	水揚げ(刺身用) マヨネーズ(全卵型) マカロニ(スパゲッティ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) ショートケーキ	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) しよが(根菜、生) にんじくりん(葉、生) マッシュルーム(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りんご、生) ネーブル	エネルギー: 651kcal タンパク: 21.8g 脂質: 24.9g	カルシウム: 171mg 食塩相当量: 1.6g
18 土	ソフトフランス(あんバターパン) 春野菜スープ 牛乳 宇和ゴールド	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳200	あんパン 無塩バター 練乳(生)	アスパラガス(若葉、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) キャベツ(結球葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー: 529kcal タンパク: 15.5g 脂質: 18.5g	カルシウム: 281mg 食塩相当量: 0.8g
19 日							
20 月	ポトフ ささ身のチーズ焼き 水菜のお浸し 牛乳 ゴールドデンキウイ	なかよしヨーグルト えびの華	ソーセージ(ウィンナー) 若鶏、ささ身(生) ナチュラルチーズ(チェダー) 普通牛乳100	じゃがいも(焼菓、皮なし、生) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) プラックマッペもやし(生) みずな(葉、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 378kcal タンパク: 19.6g 脂質: 14g	カルシウム: 304mg 食塩相当量: 2.8g
21 火	焼肉 ビーフソテー 茹でアスパラ わかめスープ いよかん	牛乳 チョコイス	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) ベーコン(ローズ) かつお節 普通牛乳100	ビーフ オリーブ油 ごま(白) 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) キャベツ(結球葉、生) にら(葉、生) 切り干し(葉菜、生) わかめ(原簿、生) アスパラガス(若葉、生) いよかん(砂じょう、生)	エネルギー: 385kcal タンパク: 15.8g 脂質: 21.7g	カルシウム: 190mg 食塩相当量: 0.8g
22 水	マグロの竜田揚げ 小松菜のゴマ和え ニラ玉汁 いちご	リンゴジュース 雪の宿せんべい	くらま(天然、赤身、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) サワラー油(ハイオレリック) ごま(白) 米菓(塩せんべい)	にんじくりん(葉、生) しよが(根菜、生) さつま(葉、生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、生) いちご(生)	エネルギー: 270kcal タンパク: 15.2g 脂質: 8.5g	カルシウム: 77mg 食塩相当量: 1g
23 木	ひじきとちくわの煮物 厚焼き卵 茹でスナップえんどう きのこ汁 清見オレンジ	牛乳 ピザトースト	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブレイク、ライト) 絹ごし豆腐 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(ベーコン)	車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 食パン	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) えのきたけ(生) 糖漬ねぎ(葉、取白、生) スナップえんどう(若ざや、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) たまねぎ(りんご、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで)	エネルギー: 421kcal タンパク: 20.2g 脂質: 17.8g	カルシウム: 329mg 食塩相当量: 2.2g
24 金	ちゃんぽんうどん 笹かまの磯辺揚げ ほうれんそうのお浸し 牛乳 宇和ゴールド	ジョア(ブルーベリー) チーズおにぎり	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) 笹かま 普通牛乳100 プロセスチーズ	うどん(ゆで) サワラー油(ハイオレリック) プレミックス粉(でんぷら粉) 水揚げ(刺身用)	プラックマッペもやし(生) 糖漬ねぎ(葉、取白、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) あおさ(葉干し) ほうれんそう(葉、連年平均、生) えのきたけ(生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生) 糖漬わか	エネルギー: 548kcal タンパク: 21.4g 脂質: 13.5g	カルシウム: 499mg 食塩相当量: 1.6g
25 土	エッグサンド いちごジャムサンド 牛乳 パナナ	りんごゼリー 青のりせんべい	鶏卵 全卵(生) 普通牛乳200	ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、低糖度) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 561kcal タンパク: 17.1g 脂質: 19.5g	カルシウム: 278mg 食塩相当量: 1.4g
26 日							
27 月	ハッシュドポーク シーザーサラダ 牛乳 ゴールドデンキウイ	麦茶 ヨーグルトレアチーズ	ぶた大肉(かた(脂身つき、生) ハム(ローズ) ナチュラルチーズ(パルメザン) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖) ナチュラルチーズ(クリーム)	マヨネーズ(全卵型) サブレ 車輪(三温糖)	たまねぎ(りんご、生) トマト加工品(ピープラー) マッシュルーム(生) 青糸豆(葉菜、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) レタス(土耕栽培、結球葉、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 509kcal タンパク: 16.6g 脂質: 31.2g	カルシウム: 280mg 食塩相当量: 1.5g
28 火	鶏のから揚げ 三色和え 若竹汁 清見オレンジ	牛乳 手作りラスク	若鶏 ちくわ(皮つき、生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	サワラー油(ハイオレリック) でん粉(じゃがいもでん粉) 食パン(生) ざらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	しよが(根菜、生) にんじくりん(葉、生) さつま(葉、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(原簿、生) たけのこ(水煮缶詰) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 396kcal タンパク: 15.2g 脂質: 21.2g	カルシウム: 183mg 食塩相当量: 1.4g
29 水	昭和の日						
30 木	竹の子の詰め煮 アスパラキッシュ 小松菜汁 宇和ゴールド	牛乳 ミルクリッチ	豚肩(皮つき、生) 油揚げ 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	車輪(三温糖) サワラー油(ハイオレリック) 無塩バター 厚力粉(1等) 焼き(糖漬) クリームパン	たけのこ(水煮缶詰) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) アスパラガス(若葉、生) さつま(葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 422kcal タンパク: 17.4g 脂質: 18.3g	カルシウム: 206mg 食塩相当量: 1.2g

給食MEMO
1日(水) 入園式
17日(金) お誕生会
29日(水) 昭和の日



令和2年4月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			3歳未満児			栄養価
	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	
1 水	りんごゼリー	ピザトースト 牛乳 パナナ	ぶどうジュース ばかうけ	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	食パン 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りんご、生) スイートコーン(ホールカーネルスタイル) パナナ(生)	エネルギー: 499kcal たんぱく: 14.4g 脂質: 12.3g エネルギー: 417kcal たんぱく: 15.4g 脂質: 12.8g
2 木	麦茶 星たべよ	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ ご飯 わかめ汁 いちご	牛乳 ムーンライト	ふた大型種 かつお(脂身つき、生) かつお節 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 水菜、ブロッコリー 絹ごし豆腐 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼き、皮なし、生) しらす(生) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) さやいんげん(若豆、生) わかめ(原産、生) いちご(生)	エネルギー: 466kcal たんぱく: 14.2g 脂質: 18.9g
3 金	牛乳 白い風船	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 中華スープ 清見オレンジ	野菜生活 カップケーキ	普通牛乳100 ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳 鶏卵 全卵(生)	フエハース 蒸し中華あん サラワー油(ハイオレイック) 車輪(三温糖) 緑豆はるまぎ(乾) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター	あおさ(煮干し) たまねぎ(りんご、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(赤黒種子、ゆで) チンゲンサイ(葉、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 425kcal たんぱく: 13.5g 脂質: 13.1g
4 土	カルピス ミニサラダ せんべい	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜の豆乳煮込み 牛乳 宇和ゴールド	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	乳穀類飲料(乳類品) 米菓(塩せんべい) コッペパン いちご(生) 高糖度ソフトタイプマーガリン(家庭用) 豆乳(調整豆乳)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、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) パナナ(生)	エネルギー: 510kcal たんぱく: 13.7g 脂質: 13.8g
5 日							
6 月	りんごジュース アンパンマン せんべい	ポークカレー コールスローサラダ ご飯 牛乳 はるか	手作り飲むヨーグルト 黒糖ミルクせんべい	ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(エダム) (全脂無糖) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼き、皮なし、生) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) 乳酸菌飲料(乳類品)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) うんしゅうみかん(生) (普通 生)	エネルギー: 505kcal たんぱく: 14.3g 脂質: 14.3g
7 火	牛乳 動物ビスケット	焼き魚(鮭) ポテトサラダ ご飯 きゃべつ汁 金時豆 いちご	スポロン 熟成サラダせんべい	普通牛乳100 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 米のみ(甘みそ) きざき(全粒、乾)	ビスケット(ソフト) じゃがいも(焼き、皮なし、生) マヨネーズ(全卵製) 車輪(三温糖) 水稲穀類(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(赤黒種子、ゆで) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 468kcal たんぱく: 20.1g 脂質: 18.6g
8 水	麦茶 いちご	チーズハンバーグ 温野菜 ご飯 アスパラスープ バナナ	牛乳 揚げパン	ぶた(ひき肉) 生 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) まぐろ(刺身用) 油揚げ フレーク(ライト) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	車輪(三温糖) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀類(精白米) コッペパン サラワー油(ハイオレイック)	いちご(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) トマト(栽培、生) 食塩無添加 わかめ(原産、生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若菜、生) パナナ(生)	エネルギー: 492kcal たんぱく: 17.7g 脂質: 18.6g
9 木	ソフール (プレーン)	マーボー豆腐 半月卵 ブロッコリー ご飯 玉ねぎ汁 ゴールデンキウイ	牛乳 ビスコ	ぶた(ひき肉) 生 米のみ(甘みそ) 絹ごし豆腐 鶏卵 全卵(生) 油揚げ かつお節 普通牛乳100	ごま油 だん粉(じゃがいもでん粉) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) ゴールデンキウイ	エネルギー: 512kcal たんぱく: 22.1g 脂質: 10.2g
10 金	牛乳 うす焼き せんべい	卵とじそうめん 天ぷら(さつまいも・ちくわ) ほうれんそうのお浸し 宇和ゴールド	ジョア(ストロベリー) クラッカー	普通牛乳100 かつお節 鶏卵 全卵(生) 鶏卵、もも(皮つき、焼き) 焼き竹輪	米菓(塩せんべい) そうめん、ひやむぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) さつまいも(焼酎、皮むき、生) クラッカー(ソーダ)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、連年平均、生) プラクマッペもやし(生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 575kcal たんぱく: 16.8g 脂質: 21g
11 土	ミルク 芋けんぴ	甘バターサンド きのごソテー 牛乳 清見オレンジ	なかよしプリン ゴマせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	芋かりんどう クリームサンド 無塩バター 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(若菜、生) エリンギ(生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 460kcal たんぱく: 13.9g 脂質: 17.1g
12 日							
13 月	牛乳 Caせんべい	春野菜シチュー 鶏肉のオレンジ煮 茹でスナップえんどう いちご にんじんご飯	フルーツヨーグルト 羊花子	普通牛乳100 成麻、むね(皮つき、生) 鶏卵、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼き、皮なし、生) パンシニアオレンジ(50%果汁入り飲料) 無塩バター マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) さつまいも(焼酎、皮むき、生) サラワー油(ハイオレイック)	スイートコーン(赤黒種子、ゆで) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) アスパラガス(若菜、生) スナップえんどう(若豆、生) いちご(生) ゴールデンキウイ なつみかん(若熟) もも	エネルギー: 455kcal たんぱく: 14.9g 脂質: 10.2g
14 火	牛乳 バナナ	さばの味噌煮 グリーンサラダ ご飯 とろりんスープ 清見オレンジ	気になる野菜 (アップル&キャロット) ぼんち焼き	普通牛乳100 鶏卵、むね(皮つき、生) 米のみ(甘みそ) プロセスチーズ(か)に風味がまじり 鶏卵 全卵(生)	車輪(三温糖) フレンチドレッシングでん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀類(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) しょうが(根茎、皮つき、生) アスパラガス(若菜、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) レタス(生) たまねぎ(りんご、生) わかめ(原産、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 573kcal たんぱく: 27g 脂質: 19.6g
15 水	ジョア (プレーン) きなこせんべい	ミートボール 青菜和え ご飯 なめこ汁 宇和ゴールド	牛乳 クリームパン	ぶた(ひき肉) 生 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) かつお節 絹ごし豆腐 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) サラワー油(ハイオレイック) 水稲穀類(精白米) クリームパン	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、生) こまつな(葉、生) プラクマッペもやし(生) なめこ(水菜缶詰) 赤みず(生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 549kcal たんぱく: 16.1g 脂質: 18.5g
16 木	ぶどうゼリー	五目納豆 さつまいもの甘煮 茹でスナップえんどう ご飯 大根汁 ゴールデンキウイ	牛乳 ホットケーキ	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 油揚げ かつお節 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	マヨネーズ(全卵製) さつまいも(焼酎、皮むき、生) 車輪(三温糖) 水稲穀類(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) ソフトタイプマーガリン(家庭用) ユーロドーナツ	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) しょうが(根茎、皮つき、生) さやいんげん(若豆、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 492kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 16.7g
17 金	ヤクルト ぱりんこ	お子様ランチ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	まぐろ(刺身用) 油揚げ、ブロッコリー、ライト) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀類(精白米) マヨネーズ(全卵製) マカロニスパゲッティ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) ショートケーキ	レタス(生) 鶏卵、もも(皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) マッシュルーム(生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りんご、生) ネーブル アスパラガス(若菜、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) キャベツ(結球葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー: 345kcal たんぱく: 9.1g 脂質: 13.4g
18 土	麦茶 お野菜チップス	ソフトフランス(あんバターパン) 春野菜スープ 牛乳 宇和ゴールド	バナナ	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) あんパン 無塩バター 緑豆はるまぎ(乾)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) プラクマッペもやし(生) みずな(葉、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 432kcal たんぱく: 17g 脂質: 11.3g
19 日							
20 月	牛乳 アスパラガス	ポトフ ささ身のチーズ焼き 水菜のお浸し ご飯 ゴールデンキウイ	なかよしヨーグルト えびの華	普通牛乳100 ソーゼ(ウインナー) 鶏卵、ささ身(生) ナチュラルチーズ(チェダー)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼き、皮なし、生) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀類(精白米)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) プラクマッペもやし(生) みずな(葉、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 472kcal たんぱく: 16.4g 脂質: 14.4g
21 火	スポロン もち麦せんべい	マグロの竜田揚げ 小松菜のゴマ和え ニラ玉汁 ご飯 せとか	牛乳 チョコイス	くろまぐろ(天然、赤身、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) サラワー油(ハイオレイック) プレミックス粉(てんぷら用) 水稲穀類(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) しょうが(根茎、皮つき、生) こまつな(葉、生) えのきたけ(生) にんじん(根、皮つき、生) うんしゅうみかん(生) (普通 生)	エネルギー: 372kcal たんぱく: 10.5g 脂質: 11g
22 水	牛乳寒天	焼肉 ビーフソテー 茹でアスパラ ご飯 わかめスープ いちご	りんごジュース 雪の宿せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節	ビーフン オリーブ油 ごま(白) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) 米菓(塩せんべい)	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) 切りみずな(葉、生) じゃがいも(焼き、皮つき、生) アスパラガス(若菜、生) いちご(生)	エネルギー: 452kcal たんぱく: 17.1g 脂質: 13.6g
23 木	麦茶 バナナ	ひじきとちくわの煮物 厚焼き卵 茹でスナップえんどう ご飯 きのご汁 清見オレンジ	牛乳 ピザトースト	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 黄だし(水菜缶詰) 焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) かつお節 米のみ(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(ベーコン)	車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) 食パン	バナナ(生) ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(生) さいのわけ(生) えのきたけ(生) 鶏卵、もも(皮つき、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生) たまねぎ(りんご、生)	エネルギー: 593kcal たんぱく: 19.6g 脂質: 17.1g
24 金	牛乳 ビスコ	ちゃんぽんうどん 笹かまの磯辺揚げ ほうれんそうのお浸し 宇和ゴールド	ジョア(ブルーベリー) チーズおにぎり	普通牛乳100 ぶた大型種、かつお(脂身つき、生) なたまご プロセスチーズ	ビスケット(ソフト) うどん(ゆで) サラワー油(ハイオレイック) プレミックス粉(てんぷら用) 水稲穀類(精白米)	プラクマッペもやし(生) 鶏卵、もも(皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) あおさ(煮干し) ほうれんそう(葉、連年平均、生) えのきたけ(生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生) 乾燥わかめ	エネルギー: 433kcal たんぱく: 10.8g 脂質: 14g
25 土	麦茶 卵サブレ	いちごジャムサンド たまごサラダ 牛乳 バナナ	りんごゼリー 青のりせんべい	鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	サブレ ローレンス いちご(生) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵製) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(生) 鶏卵、もも(皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー: 583kcal たんぱく: 15.5g 脂質: 25.2g
26 日							
27 月	果実ジュース 味しらべ	ハッシュドポーク シーザーサラダ ご飯 牛乳 ゴールデンキウイ	麦茶 ヨーグルトレアチーズ	ぶた大型種、かつお(脂身つき、生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(パルメザン) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖) ナチュラルチーズ(パルメザン)	アセロラ(10%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵製) 水稲穀類(精白米) サブレ 車輪(三温糖)	たまねぎ(りんご、生) トマト加工品(ピューレ) マッシュルーム(生) 赤色マト(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) きゅうり(果実、生) レタス(生) 鶏卵、もも(皮つき、生) ゴールデンキウイ	エネルギー: 471kcal たんぱく: 15.2g 脂質: 19.1g
28 火	白いお星さま ヨーグルト	鶏のから揚げ 三色和え ご飯 若竹汁 清見オレンジ	牛乳 手作りラスク	鶏卵、もも(皮つき、生) かつお節 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100	サラワー油(ハイオレイック) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀類(精白米) 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) スイートコーン(赤黒種子、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(原産、生) たけのこ(水菜缶詰) パンシニアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 462kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 14.6g
29 水	昭和の日						
30 木	麦茶 バナナ	竹の子の含め煮 アスパラキッシュ ご飯 小松菜汁 宇和ゴールド	牛乳 ミルクリッチ	鶏卵、むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵 全卵(生) ベーコン(ロース) かつお節 米のみ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) サラワー油(ハイオレイック) 無塩バター 薄力粉(1等) 焼きふく(乾) 水稲穀類(精白米) クリーム	バナナ(生) たけのこ(水菜缶詰) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若豆、生) アスパラガス(若菜、生) こまつな(葉、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 462kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 14.6g

給食MEMO
1日(水) 入園式
17日(金) お誕生会
29日(水) 昭和の日

※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。

