



# 平成30年7月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日 曜	献立名			赤	黄	緑	栄養価	行事	
	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			
16	月								
17	火	ジュース せんべい	チーズハンバーグ 温野菜 わかめスープ オレンジ ご飯	ヨーグルト ビスケット	ぶた ひき肉 プロセスチーズ 鶏卵 牛乳	果汁入り飲料 バン粉 三温糖 油 ご ま 精白米	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコ リー スイートコーン缶 カットわかめ 乾しいたけ バレンシアオレンジ パナ ナ	エネルギー: 452kcal タンパク: 17g 脂質: 12.1g	食塩相当量: 0.8g
18	水	麦茶 ポーロ	カレイの煮つけ かぼちゃサラダ キャベツ汁 スイカ ご飯	牛乳 カレーパン	まがれいかつお節 プロセスチーズ かつお節 米みそ ぶたひき肉 ナチュ ラルチーズ 牛乳	三温糖 じゃがいも マヨネーズ 精白 米 ロールパン オリーブ油	バナナしょうが きゅうりにんじん ス イートコーン缶 キャベツ えのきたけ 根深ねぎ すいか たまねぎ	エネルギー: 397kcal タンパク: 16.1g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.2g
19	木	牛乳 クラッカー	じゃが芋のひき肉煮 野菜入り玉 子焼き 大根汁 メロン ご飯	野菜生活 とうもろこし	鶏肉ひき肉 鶏卵 プロセスチーズ 絹 ごし豆腐 米みそ かつお節	じゃがいも 三温糖 じゃがいもでん粉 油 精白米	にんじん たまねぎ さやいんげん 根 深ねぎ なめこ メロン スイートコーン	エネルギー: kcal タンパク: 12.2g 脂質: 6.6g	食塩相当量: 1.5g
20	金	プリン	焼きそば ウィンナー 牛乳 ぶどう	ヤクルト せんべい	かつお節 まぐろ類缶詰 焼き竹輪 普 通牛乳	うどん マヨネーズ プレミックス粉 じゃ がいも 米菓	スイートコーン缶 きゅうり 焼きのり あ おさ ぶどう	エネルギー: 373kcal タンパク: 10.3g 脂質: 10.3g	食塩相当量: 0.9g
21	土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス(ジャム&マーガリ ン) トマトシチュー 豆乳 メロン	ジュース せんべい	若鶏 牛乳	ビスケットコッパン いちごジャム ソ フトタイプマーガリン じゃがいも マカロ ニ ラクトアイス	トマト缶 たまねぎ にんじん ほうれん そう メロン	エネルギー: 426kcal タンパク: 12.3g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 0.8g
22	日								
23	月	ジュース せんべい	鶏肉のさっぱり煮 ナムル ワンタンスープ メロン ご飯	ヨーグルト ビスケット	若鶏 もも ぶたかた	果汁入り飲料 米菓 三温糖 油 ごま 油 ごま しゅうまいの皮 精白米	もやし こまつな にんじん にんにく たまねぎ ぶなしめじ ブラックマッペも やし メロン パナナ	エネルギー: 359kcal タンパク: 12.2g 脂質: 8.2g	食塩相当量: 0.9g
24	火	麦茶 麩菓子	しそ巻きカツ キャベツ和え 豆麩汁 オレンジ	牛乳 じゃが丸くん	ぶたかたロース プロセスチーズ 鶏卵 かつお節 米みそ 牛乳	かりんとう(黒) 薄力粉 バン粉 油 焼 きふ じゃがいも パター じゃがいもで ん粉	しそ キャベツ にんじん スイートコー ン缶 こまつな たまねぎ バレンシアオ レンジ あおのり	エネルギー: 334kcal タンパク: 15.1g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.1g
25	水	ヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆腐汁 スイカ ご飯	牛乳 玄米パン	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセス チーズ 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 牛乳	油 さつまいも 三温糖 精白米 あん パン	バナナ にんじん 根深ねぎ たまねぎ 乾燥わかめ すいか	エネルギー: 373kcal タンパク: 14.8g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 1.3g
26	木	牛乳 Feウエハース	豆腐の中華煮 厚焼き玉子 なす汁 オレンジ ご飯	ゼリー せんべい	牛乳 絹ごし豆腐 ぶたかたロース 鶏 卵 かつお節 米みそ	ウエハース じゃがいもでん粉 三温糖 油 精白米 米菓	にんにく にんじん たけのこ チンゲン サイ 乾しいたけ たまねぎ なす えの きたけ バレンシアオレンジ	エネルギー: 438kcal タンパク: 16.4g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 2.2g
27	金	麦茶 せんべい	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 ぶどう	ジョア 鮭わかめおにぎり	ベーコン クリーム ぶた肝臓 牛乳 ベ にざけ	米菓 スパゲティ 油 じゃがいもでん 粉 油 三温糖 精白米	たまねぎ にんじん トマト缶 ぶどう 乾燥わかめ	エネルギー: 486kcal タンパク: 20.1g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1g
28	土	麦茶 ビスケット	レーズンパン ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	アイス	ベーコン 牛乳	食パン ぶどう じゃがいも パター 米 菓	たまねぎ にんじん スイートコーン缶詰 パセリ バレンシアオレンジ	エネルギー: 400kcal タンパク: 11.6g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 0.9g
29	日								
30	月	ジュース せんべい	夏野菜カレー 小女子の甘煮 牛乳 キウイ ご飯	ヨーグルト ビスケット	ぶたかた いかなご 牛乳	じゃがいも 油 三温糖 精白米	バナナ なす トマト缶 たまねぎ にん じんスイートコーン缶 さやいんげん に んにく しょうが キウイフルーツ	エネルギー: 400kcal タンパク: 11.2g 脂質: 9.1g	食塩相当量: 0.7g
31	火	牛乳 Feウエハース	蒸し団子 青菜のごま和え えのき汁 ぶどう	スポロン せんべい	牛乳 ぶたひき肉 絹ごし豆腐 米みそ かつお節	ウエハース 精白米 ごま油 じゃがい もでん粉 ごま 三温糖 米菓	しょうが たまねぎ 乾しいたけ こまつ な にんじん ブラックマッペもやし ス イートコーン缶 さやいんげん ぶどう	エネルギー: 382kcal タンパク: 13g 脂質: 10g	食塩相当量: 1g

【今月の目標】 衛生面に注意しましょう。