

# 平成30年8月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日 曜	献立名			あか	黄	みどり	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			
1 水	ヤクルト せんべい	さわらのみりん焼き 和風ポテト サラダ なめこ汁 スイカ ご飯	牛乳 ミルクリッチ	さわら 焼き竹輪 プロセスチーズ 絹 ごし豆腐 かつお節 米みそ 牛乳	塩せんべい じゃがいも マヨネーズ 精白米 クリームパン	きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 塩昆布 なめこ 根深ねぎ すいか	エネルギー：535kcal タンパク：20.8g 脂質：17.5g	食塩相当量： 3.6g	
2 木	牛乳 ビスケット	筑前煮 スクランブルエッグ 豆麩汁 メロン ご飯	野菜生活 とうもろこし(★)	牛乳 鶏もも 全卵 プロセスチーズ か つお節 米みそ	ビスケット こんにやく 三温糖 なたね 油 焼きふ 精白米	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん さやいんげん こまつな たまねぎ メロ ン スイートコーン	エネルギー：423kcal タンパク：14g 脂質：14.4g	食塩相当量： 0.9g	
3 金	ゼリー	冷やしうどん 天ぷら 牛乳 ぶどう	アイス	かつお節 まぐろ類缶詰 焼き竹輪 牛 乳	うどん マヨネーズ プレミックス粉 じゃ がいも 調合油 ラクトアイス	スイートコーン缶 きゅうり あまのり ぶ どう	エネルギー：590kcal タンパク：12.6g 脂質：25.7g	食塩相当量： 1g	
4 土	麦茶 麩菓子	セサミパン マカロニサラダ 牛乳 キウイ	ジュース せんべい	かつお節 牛乳	かりんとう 食パン ごま マカロ マヨ ネーズ 米菓	きゅうり にんじん スイートコーン缶 フ ロココリー キウイフルーツ	エネルギー：348kcal タンパク：9.6g 脂質：11.5g	食塩相当量： 0.8g	夏祭り
5 日									
6 月	ジュース せんべい	豚肉とパプリカの彩りソテー 切り干し大根サラダ とろりんスープ ぶどう ご飯	飲むヨーグルト(★) ビスケット	ぶたかた 焼き竹輪 かに風味かまぼこ 鶏卵 全卵 ヨーグルト 牛乳	果汁入り飲料 米菓 三温糖 ごま油 じゃがいもでん粉 ドレッシングタイプ和 風調味料 精白米 乳酸菌飲料 ビス ケット	しょうが 青ピーマン 赤ピーマン 黄 ピーマン たまねぎ たけのこ 切干した いこん きゅうり にんじん スイートコー ン缶 わかめ えのきたけ ぶどう	エネルギー：423kcal タンパク：12.7g 脂質：13.6g	食塩相当量： 0.8g	
7 火	牛乳 Feウエハース	ヒレカツ キャベツ和え わかめ汁 オレンジ ご飯	スポロン せんべい	牛乳 ぶたヒレ 全卵 かつお節 絹ご し豆腐 豆みそ	ウエハース 薄力粉 パン粉 油 三温 糖 精白米 米菓	キャベツ にんじんスイートコーン缶 カットわかめ たまねぎ バレンシアオレ ンジ	エネルギー：394kcal タンパク：16.3g 脂質：9.4g	食塩相当量： 1.3g	
8 水	麦茶 ビスケット	赤魚の煮付け マセドアンサラダ キャベツ汁 メロン ご飯	牛乳 コーンチーズパン	くろたい プロセスチーズ かつお節 米 みそ 牛乳	ビスケット 三温糖 さつまいも マヨ ネーズ ごま 精白米 ロールパン	しょうが にんじん スイートコーン缶 きゅうり キャベツ えのきたけ 根深ね ぎ メロン	エネルギー：440kcal タンパク：15.5g 脂質：17g	食塩相当量： 1.2g	
9 木	ヨーグルト	ズッキーニ入り酢豚 半月卵 すまし汁 キウイ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶたかた 全卵 絹ごし豆腐 かつお節	じゃがいも 三温糖 なたね油 じゃが いもでん粉 精白米 米菓	しょうが たまねぎ にんじん 青ピーマ ン 乾しいたけ ズッキーニ ぶなしめじ 根深ねぎ キウイフルーツ	エネルギー：334kcal タンパク：10.9g 脂質：6.6g	食塩相当量： 1.1g	
10 金	麦茶 ビスケット	夏野菜スパゲティ レバーの 竜田揚げ 牛乳 ぶどう ご飯	フルーツジュース 枝豆(★)	ベーコン ぶた肝臓 牛乳	ビスケット マカロニ なたね油 じゃが いもでん粉 調合油 三温糖 精白米	たまねぎ なす ズッキーニ 赤ピーマ ン 黄ピーマン トマト缶 トマトジュース ぶどう えだまめ	エネルギー：453kcal タンパク：15.7g 脂質：15.5g	食塩相当量： 1.9g	
11 土									
12 日									
13 月	ジュース せんべい	コーンシチュー 竹輪と高野豆 腐の煮物 麦茶 キウイ ご飯	ヨーグルト ビスケット	鶏もも 牛乳 焼き竹輪 凍り豆腐	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも 三温 糖 精白米 ビスケット	スイートコーン缶 たまねぎ にんじん キウイフルーツ	エネルギー：409kcal タンパク：12.2g 脂質：9.8g	食塩相当量： 0.9g	
14 火	牛乳 クラッカー	焼肉 ビーフソテー 麦茶 オレンジ ご飯	麦茶 クッキー	牛乳 ぶたロース ベーコン	クラッカー ごま ビーフン 油 バター 精白) ビスケット	にんじん キャベツ ブラックマッペもや し バレンシアオレンジ	エネルギー：535kcal タンパク：23.4g 脂質：19.8g	食塩相当量： 0.9g	
15 水	プリン	カレイの煮つけ スパゲティサラダ 麦茶 キウイ ご飯	牛乳 玄米パン	まがれい まぐろ類缶詰 牛乳	三温) マカロニ マヨネーズ フレンチド レッシング 精白米 あんパン	しょうが にんじん スイートコーン缶 きゅうり キウイフルーツ	エネルギー：357kcal タンパク：12.9g 脂質：10.6g	食塩相当量： 0.5g	
16 木	牛乳 せんべい	オクラ入り五目納豆 さつま芋 の甘煮 麦茶 スイカ ご飯	牛乳 ビスコ	牛乳 糸引き納豆 焼き竹輪 全卵	米菓 三温糖 油 さつまいも 精白米 ビスケット	にんじん オクラ すいか	エネルギー：380kcal タンパク：13.4g 脂質：12.9g	食塩相当量： 0.6g	

# 平成30年8月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日 曜	献立名			あか	黄	みどり	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				
17	金	麦茶 ビスケット	焼きそば ウインナー 牛乳 ぶどう ご飯	ジョア しらすおにぎり(★)	鶏もも 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 しらすけ 全卵	ビスケット 三温糖 薄力粉 じゃがいも でん粉 なたね油 精白米 ごま ラクト アイス	しょうが えだまめ なめこ 根深ねぎ ぶどう あまのり	エネルギー: 605kcal タンパク: 24.4g 脂質: 28.4g	食塩相当量: 0.8g	
18	土	麦茶 Feウエハース	ソフトフランスジャムパン 春雨ソテー 牛乳 メロン	ジュース せんべい	牛乳	ウエハース ジャムサンド 緑豆はるさ め なたね油 米菓	にんじん たまねぎ こまつな スイート コーン メロン	エネルギー: 320kcal タンパク: 7.8g 脂質: 8.3g	食塩相当量: 0.9g	
19	日									
20	月	ジュース せんべい	ハッシュドポーク 竹輪と厚揚 げの煮物 牛乳 キウイ ご飯	フルーヨーグルト(★) ビスケット	ぶたかた ロース 焼き竹輪 生揚げ 牛 乳 ヨーグルト	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも なた ね油 三温糖 精白米 グラニュー糖 ビスケット	にんじん たまねぎ ぶなしめじ さやい んげん キウイフルーツ もも バイン アップル うんしゅうみかん缶	エネルギー: 454kcal タンパク: 12.4g 脂質: 14.3g	食塩相当量: 1.2g	
21	火	麦茶 麩菓子	照り焼きチキン マカロニサラダ 大根汁 オレンジ ご飯	牛乳 ビスケット	鶏もも 絹ごし豆腐 米みそ かつお 節 牛乳	かりんどう マカロニ マヨネーズ 精白 米 ビスケット	にんにく しょうが きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 だいこん なめこ パレンシアオレンジ	エネルギー: 374kcal タンパク: 12.9g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 0.6g	
22	水	ヨーグルト	焼き魚 ひじきサラダ えのき汁 スイカ ご飯	ジョア ラスク	べにざけ プロセスチーズ かつお節 米みそ 牛乳	三温糖 マヨネーズ 精白米 食パン グラニュー糖 サフラワール油	ひじき さやいんげん きゅうり スイート コーン にんじん えのきたけ たまねぎ カットわかめ すいか	エネルギー: 380kcal タンパク: 15.7g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 1g	
23	木	ジュース クラッカー	トマト肉じゃが 野菜入り玉子 焼き 豆腐汁 メロン ご飯	プリン せんべい	ぶたかた かつお節 全卵 プロセス チーズ 絹ごし豆腐 豆みそ	果汁入り飲料 クラッカー じゃがいも しらたき 三温糖 油 精白米 米菓	にんじん たまねぎ さやいんげん トマ ト缶 乾燥わかめ メロン	エネルギー: 429kcal タンパク: 11.8g 脂質: 9.6g	食塩相当量: 1.9g	
24	金	ヤクルト せんべい	鮭ちらし寿司 鶏のから揚げ 枝豆 なめこ汁 ぶどう	アイス	ぶたかたソーセージ 牛乳 しらす干し プロセスチーズ	ゼリー 蒸し中華めん 油 精白米 ご ま	もやし たまねぎ にんじん キャベツ あおさ ぶどう	エネルギー: 508kcal タンパク: 20.8g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 1g	誕生会
25	土	麦茶 Feウエハース	スパゲティパン 甘バターサンド ブルー豆乳 オレンジ	ジュース せんべい	ベーコン	ウエハース マカロニ オリーブ油 コッ ペパン 三温糖 クリームパン 米菓	たまねぎ にんじん 青ピーマン マッ シュールーム トマト缶 ブルーン パレン シアオレンジ	エネルギー: 498kcal タンパク: 15.5g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 0.8g	
26	日									
27	月	ジュース せんべい	チーズカレー 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 プロセスチーズ いかなご 牛乳	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも 油 三温糖 精白米 ビスケット	たまねぎ にんじん キウイフルーツ	エネルギー: 407kcal タンパク: 12.2g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 0.9g	
28	火	麦茶 ビスケット	ポークチャップ 春雨サラダ わかめスープ オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶたロース	ビスケット 普通はるさめ ドレッシング 和風調味料 ごま 精白米 米菓	たまねぎ にんにく きゅうり にんじん スイートコーン缶 いくらげ カットわかめ 乾しいたけ パレンシアオレンジ	エネルギー: 325kcal タンパク: 8.2g 脂質: 9.3g	食塩相当量: 1g	
29	水	牛乳 Feウエハース	さんまの蒲焼き ごぼうサラダ 豆腐汁 スイカ ご飯	牛乳 ツナコーンサンド (★)	牛乳 さんま まぐろ類缶詰	ウエハース じゃがいもでん粉 三温糖 サフラワール油 ごま フレンチドレッシン グ 精白米 ロールパン マヨネーズ	ごぼう にんじん きゅうり スイートコー ン缶 すいか	エネルギー: 601kcal タンパク: 21.2g 脂質: 27.8g	食塩相当量: 1.2g	
30	木	ヨーグルト	切り干し大根の煮物 厚焼き 玉子 なめこ汁 ぶどう ご飯	牛乳 きな粉と黒ゴマのマ フィン(★)	油揚げ ぶたかた 全卵 牛乳	じゃがいも 三温糖 油 精白米	切干しいたけ にんじん さやいんげ ん 乾しいたけ ぶどう	エネルギー: 428kcal タンパク: 16.3g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 0.4g	
31	金	ジュース ビスケット	肉みそうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 スイカ	ゼリー せんべい	ぶたひき肉 豆みそ 凍豆腐 牛乳	果汁入り飲料 ビスケット うどん じゃ がいもでん粉 三温糖 油 塩せんべい	たまねぎ にんじん もやし さやいんげ ん すいか	エネルギー: 565kcal タンパク: 18.5g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 2.1g	

※(★)は手作りおやつです。又、材料の都合により、献立を変更する場合があります。