

平成30年9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	月								敬老の日
18	火	ジュース せんべい	油淋鶏 青菜のごま和え 豆麩汁 ぶどう ご飯	フルーツ豆腐花 (★)	鶏もも(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ゼラチン	果汁入り飲料 米菓 ごま油 じゃがい もでん粉 焼きふ 精白米 調整豆乳 三温糖	しょうが たまねぎ 根菜ねぎ スイート コーン缶 にんじん もやし えのきたけ ぶどう もも缶 うんしゅうみかん缶	エネルギー: 325kcal タンパク: 10.4g 脂質: 5g	食塩相当量: 0.7g
19	水	プリン	さんまの甘煮 花野菜サラダ キャベツ汁 オレンジ ご飯	牛乳 ミルクリッチ	さんま(皮つき、生) ベーコン(ベーコ ン) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通 牛乳	三温糖 ドレッシングタイプ 精白) ク リームパン	しょうが プロコリリー カリフラワー に んじん スイートコーン缶 キャベツ え のきたけ 根菜ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 414kcal タンパク: 14.5g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.1g
20	木	麦茶 Feウエハース	親子煮 塩昆布和え わかめ 汁 梨 ご飯	飲むヨーグルト(★) ビスケット	若鶏. もも(皮つき、生) なたと 鶏卵. 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆み そ ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	ウエハース 三温糖 精白米 乳酸菌飲 料(乳製品) ビスケット	たまねぎ にんじん 乾しいたけ さやい んげん キャベツ きゅうり 塩昆布 カットわかめ 日本なし	エネルギー: 351kcal タンパク: 12g 脂質: 11.7g	食塩相当量: 1.2g
21	金	ヤクルト せんべい	ナスとトマトのスパゲッティー レバーの竜田揚げ 牛乳 オレンジ ご飯	麦茶 ほうれん草とチーズ チヂミ(★)	ベーコン(ベーコン) ぶた 肝臓(生) 普通牛乳 プロセスチーズ 鶏卵. 全卵 (生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆み そ ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	米菓 マカロニスパゲッティ(乾) 調合 油 じゃがいもでん粉 三温糖 精白米 薄力粉 ごま油	なす たまねぎ トマト缶 トマトジュース にんにく バレンシアオレンジ ほうれん そう にんじん	エネルギー: 399kcal タンパク: 14.2g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 0.7g
22	土	麦茶 ビスケット	野菜たっぷりサンドイッチ パンプ キンシチュー 牛乳 ぶどう	ジュース せんべい	ベーコン(ベーコン) 成鶏. もも(皮つ き、生) 普通牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ ソフト イブマーガリン じゃがいも 米菓	キャベツ きゅうり スイートコーン缶 た まねぎ にんじん 日本かぼちゃ ぶどう	エネルギー: 412kcal タンパク: 10.5g 脂質: 15.9g	食塩相当量: 0.9g
23	日								秋分の日
24	月								振替休日
25	火	ジュース せんべい	ポークチャップ シーザーサラ ダ 青菜汁 梨 ご飯	ヨーグルト ビスケット	ぶたロース ハム ナチュラルチーズ(バ ルメザン) 削り節 みそ	果汁入り飲料 米菓 マヨネーズ 焼き ふ 精白米 ビスケット	たまねぎ にんにく キャベツ スイート コーン缶 にんじん きゅうり こまつな 日本なし(生)	エネルギー: 434kcal タンパク: 13.4g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.1g
26	水	牛乳 クッキー	かつおの竜田揚げ 土佐和え 大根汁 オレンジ ご飯	牛乳 スイートポテ (★)	牛乳 かつお かつお節 絹ごし豆腐 みそ 鶏卵 クリーム(植物性脂肪) 鶏 卵	ビスケット じゃがいもでん粉 なたね油 精白米 さつまいも 無塩バター 三温 糖	しょうが ほうれんそう にんじん ス イートコーン缶 わかめ だいこん なめ こ バレンシアオレンジ	エネルギー: 445kcal タンパク: 18.6g 脂質: 17.8g	食塩相当量: 0.7g
27	木	ゼリー	五目納豆 かぼちゃの甘煮 えのき汁 ぶどう ご飯	ジョア にんじんブリッ (★)	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセス チーズ かつお節 みそ ナチュラル チーズ(バルメザン)	ゼリー 油 三温糖 精白米 薄力粉 調合油	にんじん 根菜ねぎ 日本かぼちゃ え のきたけ たまねぎ カットわかめ ぶど う	エネルギー: 427kcal タンパク: 18.2g 脂質: 8.7g	食塩相当量: 1.5g
28	金	麦茶 麩菓子	きつねうどん ささ身揚げ 牛乳 梨	野菜生活 せんべい	油揚げ ささ身 牛乳	かりんとう(黒) 干しうどん(乾) 三温 糖 プレミックス粉(てんぷら用) 油 米 菓	にんじん 乾しいたけ 根菜ねぎ たま ねぎ しょうが 日本なし(生)	エネルギー: 315kcal タンパク: 12.7g 脂質: 9.5g	食塩相当量: 1.3g
29	土		芋煮		ぶたかた みそ	さといも 板こんにやく(精粉こんにやく)	だいこん にんじん ごぼう なめこ	エネルギー: 23kcal タンパク: 1.5g 脂質: 0.8g	食塩相当量: 0.3g
30	日								

※(★)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。