

平成30年12月 献立表

門田報徳保育園

3歳未満児

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	ジュース せんべい	鶏のさっぱり煮 ナムル 栄養 すいとん汁 みかん ご飯	ヨーグルト ビスケット	鶏もも 絹ごし豆腐 ぶたかた 油揚げ みそ	果汁入り飲料 米菓 油 ごま油 ご ま(いり) 上新粉 精白米 ビスケット	もやし こまつな にんじん にんにく だいこん ごぼう 根深ねぎ みかん	エネルギー: 464kcal タンパク: 14.2g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 0.9g	
18 火	牛乳 ビスケット	焼肉 ビーフンソテー わかめ 汁 りんご ご飯	ジュース せんべい	普通牛乳 ぶたロース ベーコン 絹 ごし豆腐 みそ かつお節	ビスケット ごま(乾) ビーフン 油 塩バター 精白米 米菓	にんじん キャベツ もやし 乾燥わ かめ たまねぎ りんご	エネルギー: 461kcal タンパク: 14.2g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.3g	
19 水	麦茶 Feウエハース	さわらの味噌焼き ポテトサラ ダ 豆腐汁 パナナ ご飯	牛乳 ピザパン(★)	みそ さわら かつお缶詰プロセス チーズ 絹ごし豆腐 かつお節 牛乳 ベーコン	ウエハース 三温糖 じゃがいも マ ヨネーズ 水稲穀粒精白米 ロール パン なたね油	きゅうり にんじん スイートコーン缶 たまねぎ 乾燥わかめ パナナ 青 ピーマン	エネルギー: 444kcal タンパク: 17.7g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.6g	
20 木	ヤクルト せんべい	五目納豆 冬至かぼちゃ 白 菜汁 オレンジ ご飯	牛乳 トッピングケーキ (★)	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセ スチーズ 小豆 絹ごし豆腐 かつお 節 甘みそ 牛乳 植物性脂肪	米菓 油 さつまいも 三温糖 精白 米 プレミックス粉 ミルクチョコレート 塩バター ざらめ糖	にんじん 根深ねぎ 日本かぼちゃ はくさい みかん	エネルギー: 490kcal タンパク: 15.5g 脂質: 17.3g	食塩相当量: 1.7g	
21 金	ほうじ茶 麩菓子	焼きそば ウインナー 牛乳 りんご ご飯	ヤクルト せんべい	ぶたかたソーセージ 牛乳	かりんとう 蒸し中華めん 油 精白 米 米菓	もやし たまねぎ にんじん キャベツ あおさ バレンシアオレンジ	エネルギー: 396kcal タンパク: 11.6g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 0.9g	
22 土	ほうじ茶 ビスケット	クリームサンド コーンサラダ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	牛乳	ビスケット 食パン カスタードクリー ム マカロニ マヨネーズ 米菓	スイートコーン缶 にんじん きゅうり ブロッコリー りんご	エネルギー: 417kcal タンパク: 9.5g 脂質: 15.4g	食塩相当量: 0.9g	冬至
23 日									天皇誕生日
24 月									振替休日
25 火	ほうじ茶 せんべい	ヘルシーミートローフ ブロッコ リーサラダ ミネストローネ みか ん ご飯	ヨーグルト・ビスケット クリスマスケーキ(お みやげ)	ぶたひき肉 木綿豆腐 鶏卵 プロセ スチーズ ベーコン 黄だいず水煮	米菓 パン粉 三温糖 マカロニ マ ヨネーズ じゃがいも 精白米 ビス ケット ショートケーキ	たまねぎ にんじん ブロッコリー に んじん きゅうり スイートコーン缶詰 トマト缶 にんにく トマトジュース み かん 乾燥わかめ	エネルギー: 463kcal タンパク: 14.9g 脂質: 15.4g	食塩相当量: 1.7g	クリスマス 会
26 水	牛乳 Feウエハース	かつおの竜田揚げ 土佐和え キャベツ汁 パナナ ご飯	牛乳 チーズドッグパン (★)	牛乳 かつお かつお節 ソーセージ プロセスチーズ	ビスケット じゃがいもでん粉 油 精 白米 コッペパン	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 パナナ キャベツ	エネルギー: 565kcal タンパク: 23.6g 脂質: 23g	食塩相当量: 1.4g	
27 木	ヨーグルト	治部煮 野菜入りスクランブル エッグ 豆麩汁 スイーティー ご飯	牛乳 せんべい	牛乳 鶏もも 鶏卵 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 みそ	かりんとう さといも じゃがいも じゃ がいもでん粉 三温糖 精白米 米菓	にんじん 乾しいたけ さやいんげん たまねぎ こまつな 乾燥わかめ ス ウィーティー	エネルギー: 418kcal タンパク: 14.8g 脂質: 11.7g	食塩相当量: 1.3g	
28 金	ほうじ茶 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 りんご ご飯	ジョア おにぎり(★)	ベーコン クリーム(乳脂肪) ぶた肝 臓 牛乳 プロセスチーズ	米菓 สปาゲティ じゃがいもでん 粉 調合油 三温糖 精白米	たまねぎ にんじん トマト缶 トマト 缶ジュース みかん 乾燥わかめ	エネルギー: 526kcal タンパク: 21.1g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 1g	
29 土	ほうじ茶 ビスケット	おみやげ		牛乳	パン				午前保育
30 日									
31 月									

※(★)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。