

平成31年4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		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 月	ジュース せんべい	ポークカレー 小女子の甘煮 牛乳 オレンジ ご飯	ヨーグルト ビスケット	ぶたかたローズ いかなご 牛乳	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも 調合 油 三温糖 精白米 ビスケット	たまねぎ にんじん さやいんげん キ ウイフルーツ	エネルギー: 451kcal タンパク: 11.6g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1g 入園式
2 火	牛乳 麩菓子	焼肉 ビーフンソテー 豆麩汁 グレープフルーツ ご飯	ヤクルト せんべい	牛乳 ぶたローズ ベーコン かつお節 みそ	かりんとう ごま ビーフン 油 有塩バ ター 焼きふ 精白米 米菓	にんじん キャベツ ブラックマッペもやし こまつな たまねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 419kcal タンパク: 14g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 0.9g
3 水	ゼリー	赤魚の煮付け マカロニサラ ダ えのき汁 パナナ ご飯	牛乳 きな粉揚げパン (★)	くらだい まぐろ類缶詰 かつお節 みそ 牛乳 きな粉	三温糖 スパゲッティ マヨネーズ フレ ンチドレッシング 精白米 コッペパン 油 ざらめ糖	しょうが にんじん スイートコーン缶詰 きゅうり えのきたけ たまねぎ カットわ かめ パナナ	エネルギー: 408kcal タンパク: 13.4g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.2g
4 木	牛乳 クラッカー	麻婆豆腐 半月卵 わかめ汁 オレンジ ご飯	牛乳 クッキー	牛乳 木綿豆腐 ぶたひき肉 甘みそ 鶏卵 絹ごし豆腐 かつお節 みそ	ウエハース ごま油 じゃがいもでん粉 精白米 ビスケット	根菜ねぎ にんじん たまねぎ いら しょうが カットわかめ バレンシアオレンジ	エネルギー: 412kcal タンパク: 17.1g 脂質: 16.5g	食塩相当量: 1.2g
5 金	牛乳 Feウエハース	筍ご飯 鶏のから揚げ 青菜のご ま和え 春キャベツ汁 いちご	豆乳ココアプリン (★) せんべい	牛乳 油揚げ 鶏もも かつお節 みそ ゼラチン	ウエハース 精白米 三温糖 薄力粉 じゃがいもでん粉 油 ごま 豆乳 米菓	たけのこ にんじん さやえんどう にん にく しょうが こまつな ブラックマッペも やし スイートコーン缶詰 キャベツ 根 菜ねぎ えのきたけ いちご	エネルギー: 367kcal タンパク: 14.9g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 0.9g 誕生会
6 土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ジャーマンポテト 牛乳 甘夏	ジュース せんべい	ベーコン 牛乳	ビスケット コッペパン いちご ソフトタイ プマーガリン) じゃがいも 有塩バター 米菓	たまねぎ にんじん スイートコーン缶詰 パセリ なつみかん	エネルギー: 414kcal タンパク: 9.5g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 1.5g
7 日								
8 月	ジュース せんべい	ハッシュドポーク 竹輪と凍み豆 腐の煮物 牛乳 キウイ ご飯	フルーヨーグルト (★) ビスケット	ぶたかたローズ 焼き竹輪 凍り豆腐 牛乳 ヨーグルト	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも 油 精 白米 ざらめ糖 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 パナナ みかん 缶詰	エネルギー: 450kcal タンパク: 12g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.1g
9 火	牛乳 Feウエハース	ささみフライ キャベツサラダ なめこ汁 オレンジ ご飯	スポロン せんべい	牛乳 鶏ささ身 鶏卵 絹ごし豆腐 かつ お節 甘みそ	ウエハース 三温糖 薄力粉 パン粉 調合油 和風調味料 精白米 米菓	にんにく キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 なめこ 根菜ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 411kcal タンパク: 15.9g 脂質: 10.4g	食塩相当量: 1.1g 献立作成
10 水	麦茶 ビスケット	さばの味噌煮 スパゲティサラ ダ すまし汁 パナナ ご飯	牛乳 チーズコントー スト(★)	まさば 甘みそ まぐろ類缶詰 削り節 牛乳 プロセスチーズ	ビスケット 三温糖 スパゲッティ マヨ ネーズ フレンチドレッシング 焼きふ 精白米 食パン	しょうが にんじん スイートコーン缶詰 きゅうり こまつな たまねぎ パナナ	エネルギー: 483kcal タンパク: 16.4g 脂質: 20.6g	食塩相当量: 1.4g
11 木	牛乳 せんべい	肉じゃが 厚焼き玉子 わかめ 汁 グレープフルーツ ご飯	ジョア ビスコ	牛乳 ぶたかた かつお節 鶏卵 絹ご し豆腐 みそ	米菓 じゃがいも しらたき 三温糖 油 精白米 ビスケット	にんじん たまねぎ さやいんげん 乾燥 わかめ グレープフルーツ	エネルギー: 553kcal タンパク: 23.4g 脂質: 16.5g	食塩相当量: 1.3g
12 金	野菜生活 クッキー	焼きそば ウインナー 牛乳 甘夏 ご飯	ゼリー せんべい	ぶたかたソーセージ 牛乳	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 なつみかん	エネルギー: 475kcal タンパク: 12.7g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.1g
13 土	麦茶 ビスケット	ジャムサンド ミートグラタン 牛乳 いちご	ジュース せんべい	ぶたひき肉 プロセスチーズ 牛乳	ビスケット 食パン ミルクチョコレート 油 マカロニ パン粉 米菓	たまねぎ にんじん いちご	エネルギー: 465kcal タンパク: 13.5g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.5g
14 日								
15 月	ジュース せんべい	春キャベツシチュー 竹輪と高野 豆腐の煮物 牛乳 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 牛乳	果汁入り飲料 米菓 じゃがいも 有塩 バター 薄力粉 三温糖 精白米 ビス ケット	たまねぎ にんじん キャベツ スイート コーン缶詰 キウイフルーツ	エネルギー: 524kcal タンパク: 17.4g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.5g
16 火	麦茶 Feウエハース	ミートローフ 温野菜 なめこ 汁 オレンジ ご飯	牛乳寒天(★) せんべい	ぶたひき肉 鶏卵 絹ごし豆腐 かつお 節 みそ 牛乳	ウエハース パン粉 三温糖 精白米 米菓	たまねぎ にんじん キャベツ にんじ ん フロッキー スイートコーン缶詰 な めこ 根菜ねぎ バレンシアオレンジ 寒 天 みかん缶詰	エネルギー: 305kcal タンパク: 11.8g 脂質: 7.4g	食塩相当量: 0.9g

平成31年4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	食塩相当量	行事	
	朝間	昼食	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 水	ヨーグルト	焼き魚 ひじきサラダ キャベツ汁 パナナ ご飯	牛乳 フレンチトースト(★)	ペにぎけ プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳 鶏卵	三温糖 マヨネーズ 精白米 食パン 有塩バター メープルシロップ	ひじき(ほしひじき) さやいんげん(若ざや、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) えの	エネルギー：365kcal タンパク：16.3g 脂質：10.5g	食塩相当量：0.6g	
18 木	牛乳 ビスケット	筑前煮 野菜入り玉子焼き 豆腐汁 甘夏 ご飯	ヤクルト 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	ビスケット こんにゃく 三温糖 油 精白 米 米菓	ごぼう にんじん 乾しいたけ れんこん さやいんげん たまねぎ 乾燥わかめ なつみかん	エネルギー：434kcal タンパク：14.4g 脂質：14.6g	食塩相当量：2g	
19 金	麦茶 麩菓子	肉みそうどん きゃべつの塩昆布 和え 牛乳 グレープフルーツ	プリン せんべい	ぶたひき肉 みそ 牛乳	かりんとう うどん じゃがいもでん粉 三 温糖 油 米菓	たまねぎ にんじん 大豆もやし さやい んげん キャベツ きゅうり 塩昆布 グ レープフルーツ	エネルギー：393kcal タンパク：15g 脂質：14.3g	食塩相当量：1.6g	
20 土	麦茶 ビスケット	ミルクリッチ 中華スープ 牛乳 いちご	バナナ	牛乳	ビスケット クリームパン ごま油 普通 はるさめ	たまねぎ にんじん いら ぶなしめじ いちご パナナ	エネルギー：292kcal タンパク：8.1g 脂質：11.8g	食塩相当量：0.5g	
21 日									
22 月	ジュース せんべい	鶏肉のさっぱり煮 もやし和え ワンドラスープ オレンジ ご飯	飲むヨーグルト (★) ビスケット	鶏もも かに風味かまぼこ ぶたかた ヨーグルト 牛乳	果汁入り飲料 米菓 三温糖 ドレッシン グ しゅうまいの皮 精白米 乳酸菌飲 料 ビスケット	ブラックマツペもやし きゅうり スイート コーン缶詰 たまねぎ にんじん ぶなし めじ こまつな バレンシアオレンジ	エネルギー：311kcal タンパク：9.9g 脂質：7.6g	食塩相当量：0.8g	
23 火	麦茶 ビスケット	タンドリーチキン シーザーサラダ 豆腐汁 ご飯 甘夏 ご飯	野菜生活 せんべい	鶏もも ヨーグルト ハム ナチュラル チーズ 絹ごし豆腐 かつお節 みそ	ビスケット マヨネーズ 精白米 米菓	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ スイートコーン缶詰 にんじん きゅうり 乾燥わかめ なつみかん	エネルギー：453kcal タンパク：13.7g 脂質：15.5g	食塩相当量：1.5g	
24 水	牛乳 クッキー	五目納豆 さつま芋の甘煮 キャ ベツ汁 グレープフルーツ ご飯	牛乳 甘バターパン	牛乳 糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 プ ロセスチーズ かつお節 みそ	ビスケット 油 さつまいも 三温糖 精 白米 クリームパン	にんじん 根菜ねぎ キャベツ えのきた け グレープフルーツ	エネルギー：482kcal タンパク：16.9g 脂質：17.8g	食塩相当量：1.2g	
25 木	ヨーグルト	筍と鶏団子の煮物 きこのキッ シュ わかめ汁 パナナ ご飯	牛乳 ビスケット	凍り豆腐 鶏ひき肉 ベーコン 鶏卵 ク リーム植物性脂肪 プロセスチーズ 絹 ごし豆腐 かつお節 みそ 牛乳	こんにゃく じゃがいもでん粉 三温糖 調合油 精白米 ビスケット	たけのこ にんじん 根深ねぎ しょうが ほうれんそう たまねぎ ぶなしめじ カッ トわかめ パナナ	エネルギー：465kcal タンパク：19.8g 脂質：19.9g	食塩相当量：1.4g	
26 金	ジュース せんべい	ナポリタン レバーの竜田揚げ 牛乳 キウイ ご飯	ジョア わかめおにぎり (★)	ベーコン ナチュラルチーズ ぶた肝臓 牛乳	米菓 スパゲッティ 三温糖 じゃがいも でん粉 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 青ピーマン トマト 缶詰 トマト缶詰 キウイフルーツ 乾燥 わかめ	エネルギー：554kcal タンパク：22g 脂質：12.8g	食塩相当量：1.2g	
27 土	麦茶 ビスケット	レーズンパン サラダ ポトフ 牛乳 いちご	ジュース せんべい	ハム プロセスチーズソーセージ 牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ ソフトタ イプマーガリン じゃがいも 米菓	きゅうり レタス ブロッコリー キャベツ たまねぎ にんじん スイートコーン缶詰 いちご	エネルギー：426kcal タンパク：11.7g 脂質：16.1g	食塩相当量：1.6g	
28 日									
29 月									昭和の日
30 火									国民の休日

※(★)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。