

令和元年5月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価
	昼食	昼間	夜				
1 水	即位の日			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	
2 木	国民の休日						
3 金	憲法記念日						
4 土	みどりの日						
5 日	こどもの日						
6 月	振替休日						
7 火	照り焼きチキン みつ菜のかき玉汁 清見オレンジ	なかよしヨーグルト ぱりんこ					エネルギー：269kcal たんぱく質：14.1g 脂質：10.5g 食塩相当量：1.1g
8 水	白身魚のタルタルソース 青菜和え じゃが芋汁 ゴーレドケンキウイ	牛乳 手作りラスク					エネルギー：394kcal たんぱく質：18.6g 脂質：17.6g 食塩相当量：1.1g
9 木	切干大根 スクランブルエッグ なめこ汁 芋和ゴーレド	牛乳 よもぎ団子					エネルギー：498kcal たんぱく質：20.1g 脂質：14.1g 食塩相当量：1.3g
10 金	たけのこご飯 鶏のから揚げ 小松菜和え わかめ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ					エネルギー：675kcal たんぱく質：23.2g 脂質：27g 食塩相当量：1g
11 土	春の合同遠足						
12 日							
13 月	フロッキーカレー シーザーサラダ 清見オレンジ	フルーツヨーグルト 芋花子					エネルギー：395kcal たんぱく質：12.5g 脂質：19.9g 食塩相当量：1.6g
14 火	ミートボール 三色和え 大根汁 ゴーレドケンキウイ	スホロン ぽかうけ					エネルギー：438kcal たんぱく質：22.2g 脂質：19.1g 食塩相当量：1.6g
15 水	さばの味噌煮 ブロccoliーサラダ アスパラスープ 芋和ゴーレド	牛乳 ハムコーンパン					エネルギー：378kcal たんぱく質：19.7g 脂質：18.1g 食塩相当量：2.1g
16 木	酢豚 半月卵 茹でスナップエンドウ 小松菜汁 清見オレンジ	牛乳 お好み焼き					エネルギー：417kcal たんぱく質：17.5g 脂質：21.5g 食塩相当量：1.7g
17 金	アスパラ入りクリームスープ レバーのケチャップ煮 チーズ 牛乳 メロン	牛乳 ゴマせんべい					エネルギー：595kcal たんぱく質：25.4g 脂質：25.4g 食塩相当量：1.5g
18 土	クロワッサンサンド 牛乳 オレンジ	ぶどうゼリー コーンポタージュ せんべい					エネルギー：599kcal たんぱく質：15.7g 脂質：31.1g 食塩相当量：1.5g
19 日							
20 月	豚汁 ささ身のチーズ焼き フロッキー 牛乳 甘夏	手作り飲むヨーグルト ムーンライト					エネルギー：405kcal たんぱく質：21.5g 脂質：18.5g 食塩相当量：1.3g
21 火	磯辺つくだ揚げ 青菜和え メロン	ヤカルト ほたばた焼き					エネルギー：293kcal たんぱく質：12.4g 脂質：10.2g 食塩相当量：1.3g
22 水	焼き魚(鮭) コールスローサラダ 金 清見 若竹汁 清見オレンジ	牛乳 揚げパン					エネルギー：428kcal たんぱく質：22.5g 脂質：16.1g 食塩相当量：2.1g
23 木	五目納豆 さつまいも 甘煮 フロッキー 芋和ゴーレド	牛乳 ハーベスト					エネルギー：418kcal たんぱく質：16.5g 脂質：21g 食塩相当量：1.4g
24 金	ちゃんぽんうどん 笹かま揚げ ほうれん草のなめ菜和え 牛乳 甘夏	ジョア(プレーン) おこわおにぎり					エネルギー：601kcal たんぱく質：24.8g 脂質：16.6g 食塩相当量：1.3g
25 土	ミルクリッツ 切干大根の中華和え 牛乳 ゴーレドケンキウイ	ぶどうジュース 星たばよ					エネルギー：492kcal たんぱく質：16g 脂質：16.8g 食塩相当量：1.3g
26 日							
27 月	コーンチャウダー 鶏肉のさつぱり煮 茹でスナップエンドウ 牛乳 バナナ	ヨーグルト みかんゼリー 青のりせんべい					エネルギー：379kcal たんぱく質：17.1g 脂質：14.6g 食塩相当量：0.4g
28 火	花シユウマイ 水菜のお浸し もずくスープ ゴーレドケンキウイ	牛乳 ホットケーキ					エネルギー：404kcal たんぱく質：18g 脂質：15g 食塩相当量：0.8g
29 水	マグロの竜田揚げ 春雨サラダ 玉ねぎ汁 清見オレンジ	牛乳 ミニメロンパン					エネルギー：365kcal たんぱく質：20.1g 脂質：13.5g 食塩相当量：1.3g
30 木	五目照り煮 アスパラキッシュ 芋和ゴーレド	ジョア(ストロベリー) バナナオムレット					エネルギー：518kcal たんぱく質：19.1g 脂質：20.5g 食塩相当量：1.7g
31 金	三色ぞうめん ほうれん草のお浸し 天ぷら(たけのこ・竹輪) 牛乳 メロン	なかよしプリン ハッピーダン					エネルギー：529kcal たんぱく質：20g 脂質：16.7g 食塩相当量：2.5g

給食MEMO

- 1日 即位の日
- 2日 国民の休日
- 3日 憲法記念日
- 4日 みどりの日
- 5日 こどもの日
- 6日 振替休日
- 9日 よもぎ団子作り(さくら)
- 11日 春の合同遠足
- 16日 スナップエンドウの筋とり(たんぼぼ)
- 17日 お誕生会
- 24日 おにぎり作り(もも・たんぼぼ・さくら)

* 材料の都合により献立が変わることがあります。



令和元年5月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価
	朝間	昼食	風間				
1 水	即位の日						
2 木	国民の休日						
3 金	憲法記念日						
4 土	みどりの日						
5 日	こどもの日						
6 月	振替休日						
7 火	牛乳 バナナ	照り焼きチキン 温野菜 ご飯 みつ葉のかき玉汁 清見オレンジ	なかよしヨーグルト ぱりんこ	トクソングタイチ和風調味料 水 餃子(鶏白米) 米菓(雑せんべい)	バナナ(生) しょうが(生) にんにく(生) りんご(生) わかめ(生) フロッピー ケチャップ(生) にんにく(生) キヤ ベツ(調味料) 赤から(生) パシ アアオレンジ(生) 小麦(生)	エネルギー: 438kcal たんぱく: 16.4g 脂質: 11.7g	エネルギー: 232mg 食塩相当量: 1.1g
8 水	りんごゼリー	白身魚のタルタルソース 青菜和え ご飯 じゃが芋汁 ゴールド	牛乳 手作りラスク	でん粉(じゃがいも) サラダ ドレッシング(生) 小麦粉(生) 卵(生) 水餃子(生) 小麦粉(生) おから(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 523kcal たんぱく: 16.3g 脂質: 15.8g	エネルギー: 190mg 食塩相当量: 1g	
9 木	ヤクルト 喉しらべ	切干大根 スクランブルエッグ ご飯 なめこ汁 宇和ゴールド	牛乳 よもぎまんじゅう	米菓(雑せんべい) 煎餅(生) 小麦粉(生) 水餃子(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 560kcal たんぱく: 17.7g 脂質: 17.9g	エネルギー: 262mg 食塩相当量: 1.2g	
10 金	麦茶 きなこせんべい	たけのこご飯 鶏のから揚げ 小松菜和え わかめ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	米菓(雑せんべい) 水餃子(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 479kcal たんぱく: 16.4g 脂質: 17.8g	エネルギー: 201mg 食塩相当量: 1.2g	
11 土	春の合同遠足						
12 日							
13 月	なかにしプリン	プロッコリーカレー シーザーサラダ 牛乳 ご飯 清見オレンジ	フルーツヨーグルト 苺花子	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 516kcal たんぱく: 19.5g 脂質: 21.9g	エネルギー: 268mg 食塩相当量: 1.1g	
14 火	牛乳 バナナ	ミートポーク 三色和え ご飯 大根汁 ゴールド	スポン ばかうけ	小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 263mg 食塩相当量: 1.3g	エネルギー: 263mg 食塩相当量: 1.3g	
15 水	麦茶 果物チップス	さばの味噌煮 プロッコリーサラダ ご飯 アスパラスープ 宇和ゴールド	牛乳 ハムコーンパン	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 543kcal たんぱく: 22.1g 脂質: 21.9g	エネルギー: 178mg 食塩相当量: 2.2g	
16 木	ジョア (ブルーベリー)	酢豚 半月卵 細でスナッパえんどう ご飯 小松菜汁 清見オレンジ	牛乳 お好み焼き	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 580kcal たんぱく: 21.3g 脂質: 18.9g	エネルギー: 512mg 食塩相当量: 1.4g	
17 金	リンゴジュース うす焼き せんべい	アスパラ入りクリームスパゲティ レバーのケチャップ煮 チーズ 牛乳 メロン	牛乳 煮天 ゴマせんべい	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 527kcal たんぱく: 17.9g 脂質: 17.5g	エネルギー: 227mg 食塩相当量: 1.3g	
18 土	麦茶 芋けんぴ	クロワッサンジャムサンド 野菜サラダ 牛乳 オレンジ	ぶどうゼリー コーンポタージュ せんべい	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 430kcal たんぱく: 9g 脂質: 19.6g	エネルギー: 157mg 食塩相当量: 1g	
19 日							
20 月	牛乳 アンパンマン せんべい	豚汁 ささ身のチーズ焼き プロッコリー ご飯 甘夏	手作り飲むヨーグルト ムーンライト	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 488kcal たんぱく: 18.3g 脂質: 15.9g	エネルギー: 248mg 食塩相当量: 1.3g	
21 火	牛乳 ビスコ	磯辺つくね揚げ 青菜和え ご飯 ベーコンスープ メロン	ヤクルト ぼたぼた焼き	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 524kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 17.8g	エネルギー: 197mg 食塩相当量: 1.2g	
22 水	ソファール (プレーン)	焼き魚(鮭) コールスローサラダ 金時豆 ご飯 若竹汁 清見オレンジ	牛乳 揚げパン	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 504kcal たんぱく: 20.5g 脂質: 14.7g	エネルギー: 293mg 食塩相当量: 2g	
23 木	フルーツジュース ミニサラダ せんべい	五目納豆 さつまいもの甘煮 プロッコリー ご飯 まいたけ汁 宇和ゴールド	牛乳 ハーベスト	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 514kcal たんぱく: 15.9g 脂質: 16.9g	エネルギー: 210mg 食塩相当量: 1.3g	
24 金	麦茶 バナナ	ちゃんぽんうどん 笹かま揚げ ほうれん草のなめ煮和え 甘夏	ジョア(プレーン) おかわおにぎり	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 456mg 食塩相当量: 0.9g	エネルギー: 456mg 食塩相当量: 0.9g	
25 土	カルピス しょうゆせんべい	ミルクリッチ 切干大根の中華和え 牛乳 ゴールドデンキウイ	ぶどうジュース 星たべよ	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 504kcal たんぱく: 10.6g 脂質: 10.7g	エネルギー: 187mg 食塩相当量: 1g	
26 日							
27 月	牛乳 白い風船	コーンチャウダー 鶏肉のさっぱり煮 茹でスナッパえんどう ご飯 バナナ	ヨーグルト みかんゼリー 青のりせんべい	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 453kcal たんぱく: 15.1g 脂質: 11.9g	エネルギー: 183mg 食塩相当量: 0.5g	
28 火	ミルク チーズせんべい	花ショウマイ 水菜のお浸し ご飯 もずくスープ ゴールドデンキウイ	牛乳 ホットケーキ	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 288mg 食塩相当量: 0.7g	エネルギー: 288mg 食塩相当量: 0.7g	
29 水	麦茶 バナナ	マグロの竜田揚げ 春雨サラダ ご飯 玉ねぎ汁 清見オレンジ	牛乳 ミニメロンパン	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 436kcal たんぱく: 16.1g 脂質: 11.7g	エネルギー: 152mg 食塩相当量: 1.1g	
29 水	ぶどうゼリー	五目昆布煮 アスパラキウシュ ご飯 きゃべつ汁 宇和ゴールド	ジョア(ストロベリー) バナナオムレット	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 603kcal たんぱく: 17.9g 脂質: 17.2g	エネルギー: 389mg 食塩相当量: 1.2g	
30 木	牛乳 アンパンマン やさいせんべい	三色そうめん ほうれん草のお浸し 天ぷら(たけのこ・竹輪) メロン	なかよしプリン ハッピーダン	ヨーグルト(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生) 小麦粉(生)	エネルギー: 464kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 12.8g	エネルギー: 187mg 食塩相当量: 2.2g	

給食MEMO

11日 春の合同遠足
17日 お誕生会

1日 即位の日
2日 国民の休日
3日 憲法記念日
4日 みどりの日
5日 こどもの日
6日 振替休日

1歳6か月未満の子は、きざみ・薄味にしています。材料の都合により献立が変わることがあります。

