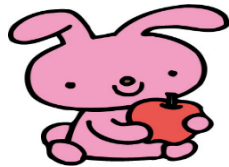


令和3年11月 献立表

3歳以上児



日 曜			あか	黄	みどり	栄養価		行事	
	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	きのこいりハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 オレンジ		なかよしヨーグルト 小魚	若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) ぶた、ひき肉(生)	マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(グラニュー糖)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ ひじき にんじん きゅうり さやいんげん 大豆もやし(生) えのきたけ(生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生) なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：418kcal タンパク：22.3g 脂質：18.4g	食塩相当量：1.2g	
2 火	ミートボール 三色和え 豆腐汁 りんご		野菜生活100 ビスケット	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 削り節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	パン粉(乾燥) でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：449kcal タンパク：17.7g 脂質：17g	食塩相当量：1.9g	
3 水									文化の日
4 木	マーボー豆腐 花型卵 キャベツ汁 オレンジ		牛乳100 ドッグパン(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) コッペパン オリーブ油	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) キャベツ(結球葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：554kcal タンパク：29.2g 脂質：29g	食塩相当量：2.6g	
5 金	ブリの照り焼き かぼちゃサラダ 鶏南蛮汁 りんご		牛乳100 さつまいもカップケーキ (手作り)	ぶり(成魚、生) 若鶏、もも(皮なし、生) 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) プレミックス粉(ホットケーキ用) さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター	日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) みつしほこんぶ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：633kcal タンパク：23.7g 脂質：26.5g	食塩相当量：2.9g	
6 土	クロワッサンサンド ポトフ 牛乳100 オレンジ		プリン せんべい	鶏卵、全卵(生) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	クロワッサン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：761kcal タンパク：19.4g 脂質：37.6g	食塩相当量：3g	
7 日									
8 月	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 オレンジ		白いお星さまヨーグルト いも花子	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：455kcal タンパク：15.4g 脂質：17.7g	食塩相当量：0.7g	
9 火	焼肉 ビーフンソテー わかめ汁 オレンジ		牛乳100 ビスコ	若鶏、もも(皮つき、生) 絹ごし豆腐 普通牛乳	オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 有塩バター	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) レモン(果汁、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) あまのり(焼きのり)	エネルギー：380kcal タンパク：15.3g 脂質：19.5g	食塩相当量：2.5g	
10 水	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 みかん		牛乳100 おやつパン	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：436kcal タンパク：16.7g 脂質：19g	食塩相当量：2.1g	
11 木	かつおの竜田揚げ 土佐和え 白菜汁 りんご		ヤクルト せんべい	かつお(秋獲り、生) 削り節 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ごま油 焼きふ(観世ふ) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：353kcal タンパク：16.6g 脂質：8.5g	食塩相当量：2.1g	
12 金	照り焼きチキン スパゲティサラダ なめこ汁 みかん きのこご飯		麦茶 誕生ケーキ アイス	若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 油揚げ	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) アイスクリーム(普通脂肪) ショートケーキ	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) まいたけ(生) ぶなしめじ(生) 乾しいたけ(乾)	エネルギー：556kcal タンパク：22g 脂質：25.6g	食塩相当量：1.8g	誕生会
13 土	菓子袋								午前保育
14 日									
15 月	チキンカレー 小女子甘煮 牛乳100 みかん		なかよしヨーグルト 小魚	成鶏、むね(皮つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若さや、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：335kcal タンパク：13.6g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.2g	



令和3年11月 献立表

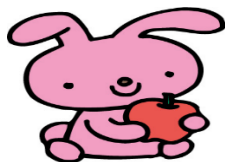
3歳以上児



日 曜			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	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		
16 火	鶏肉のバーベキューソース コールスローサラダ まいたけ汁 りんご	スポロン せんべい	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 鶏肉、 ひき肉(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 ビーフン 有塩バター 米菓(塩せ んべい)	たまねぎ(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つ き、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：449kcal タンパク：16.4g 脂質：15.5g	食塩相当量：1.9g
17 水	鮭のホイル焼き マセドアンサラダ 豆麴汁 オレンジ	牛乳100 ラスク(手作り)	べにざけ(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通 牛乳	有塩バター さつまいも(塊根、皮むき、生) マ ヨネーズ(全卵型) 食パン ざらめ糖(グラ ニュー糖) オリーブ油	えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) はくさい(結球葉、 生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、 生)	エネルギー：523kcal タンパク：23g 脂質：25.4g	食塩相当量：1.4g
18 木	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ 大根汁 みかん	野菜生活100 焼き芋(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 油揚げ 米み そ(甘みそ)	オリーブ油 こんにやく(精粉) じゃがいも(塊 茎、皮なし、生) 有塩バター さつまいも(塊 根、皮むき、生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげ ん(若ざや、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟 白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：451kcal タンパク：14.8g 脂質：13.8g	食塩相当量：1.3g
19 金	タラのおろし煮 切り干し大根の中華和え 豆腐汁 りんご	牛乳100 焼きおにぎり(手作り)	まだら(生) かに風味かまぼこ 絹ごし豆腐 米 みそ(甘みそ) 普通牛乳 削り節	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 水稲穀粒 (精白米) ごま(いり)	だいこん(根、皮つき、生) 切干しだいこん(乾) きゅうり(果 実、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまね ぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：382kcal タンパク：17.6g 脂質：11.1g	食塩相当量：1.8g
20 土	クリームサンド ボルシチ 牛乳200 オレンジ	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳	クリームパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮 なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮 つき、生) キャベツ(結球葉、生) トマト缶詰(ホール、食塩無 添加) ほうれんそう(葉、通年平均、生) パレンシアオレンジ (砂じょう、生)	エネルギー：725kcal タンパク：25.3g 脂質：23.6g	食塩相当量：3g
21 日							
22 月	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 オレンジ	なかよしヨーグルト せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた中型種、かた(脂 身つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵 型) 緑豆はるさめ(乾) ごま油 米菓(塩せん べい)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) チンゲンサイ (葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) 乾し いたけ(乾) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：456kcal タンパク：16.7g 脂質：17.9g	食塩相当量：2.1g
23 火							勤労感謝の日
24 水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ わかめ汁 みかん	牛乳100 おやつパン	べにざけ(生) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛み そ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵 型) サブレ	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん 茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう (早生、生)	エネルギー：363kcal タンパク：19.7g 脂質：15.9g	食塩相当量：1.1g
25 木	ひじきの寄せ煮 さつまいもキッシュ えのき汁 オレンジ	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 黄だいず (水煮缶詰) 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつま揚 げ いんげんまめ(全粒、乾) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(淡色辛みそ)	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター さつま いも(塊根、皮むき、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじ き) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネ ルスタイル) さやいんげん(若ざや、生) えのきたけ(生) 乾 燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：464kcal タンパク：16.3g 脂質：13.4g	食塩相当量：2.4g
26 金	チキンカツ キャベツ和え ニラ玉汁 みかん	牛乳100 ポテトのチーズ焼き (手作り)	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 削り 節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油 じゃがいも (塊茎、皮なし、生)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、 生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：373kcal タンパク：19.2g 脂質：17.5g	食塩相当量：1.3g
27 土	ミルクリッチ 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳100 オレンジ	リンゴジュース せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) 若鶏、もも(皮 つき、生) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮な し、生) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) エリンギ(生) さやいんげん(若ざや、生) パ レンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：576kcal タンパク：16.5g 脂質：19.9g	食塩相当量：2g
28 日							
29 月	ハッシュドポーク 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 みかん	白いお星さまヨーグルト いも花子	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏卵、全 卵(生)	オリーブ油 ごま(いり) ごま油 でん粉(じゃが いもでん粉) 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう (葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし (生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル) チンゲンサイ (葉、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：469kcal タンパク：15.2g 脂質：21.4g	食塩相当量：2g
30 火	松風焼き 春雨サラダ キャベツ汁 りんご	牛乳100 スイートポテトパイ (手作り)	鶏肉、ひき肉(生) 木綿豆腐 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 米みそ(淡色辛みそ) 若鶏、ささ身 (生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) クリーム(植物 性脂肪)	パン粉(乾燥) ごま(いり) オリーブ油 緑豆は るさめ(乾) さつまいも(塊根、皮むき、生) 有 塩バター パイ皮	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ (りん茎、生) きくらげ(乾) きゅうり(果実、生) キャベツ(結 球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：513kcal タンパク：20.9g 脂質：22.4g	食塩相当量：1.3g

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園

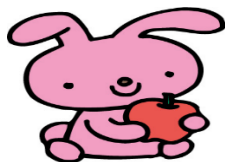


令和3年11月 献立表

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			
1 月	ぶどうジュース せんべい	きのこいりハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト 小魚	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰 うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) えのきたけ(生) ぶなしめじ(生)	エネルギー：546kcal タンパク：20.4g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.2g	
2 火	ゼリー(りんご)	ミートボール 三色和え 豆腐汁 りんご ご飯	野菜生活100 ビスケット	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 削り節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	パン粉(乾燥) でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：542kcal タンパク：16.6g 脂質：13.7g	食塩相当量：1.5g	
3 水									文化の日
4 木	なかよしヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 キャベツ汁 オレンジ ご飯	牛乳100 ドッグパン(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) コッペパン オリーブ油	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ 根深ねぎ 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) キャベツ(結球葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：676kcal タンパク：28.9g 脂質：28.3g	食塩相当量：2.3g	
5 金	麦茶 せんべい	ブリの照り焼き かぼちゃサラダ 鶏南蛮汁 りんご ご飯	牛乳100 さつまいもカップケーキ (手作り)	ぶり(成魚、生) 若鶏、もも(皮なし、生) 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	米菓 オリーブ油 マヨネーズ そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉 水稲穀粒 プレミックス粉 さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター	日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) みついしこんぶ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：653kcal タンパク：21.3g 脂質：22.1g	食塩相当量：2.6g	
6 土	麦茶 ビスコ	クロワッサンサンド ポトフ 牛乳100 オレンジ	プリン せんべい	鶏卵、全卵(生) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	クロワッサン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：585kcal タンパク：15.3g 脂質：27.2g	食塩相当量：2.5g	
7 日									
8 月	リンゴジュース せんべい	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 みかん ご飯	白いお星さまヨーグルト いも花子	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	米菓(塩せんべい) オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：602kcal タンパク：15.5g 脂質：16.3g	食塩相当量：0.7g	
9 火	バナナ	焼肉 ビーフンソテー わかめ汁 オレンジ ご飯	牛乳100 ビスコ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 普通牛乳	オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 有塩バター	しょうが(根茎、生) にんにく たまねぎ 緑豆もやし キャベツ にんじん きゅうり 乾燥わかめ(素干し)きくらげ	エネルギー：518kcal タンパク：16.6g 脂質：18.2g	食塩相当量：2.5g	
10 水	ゼリー(ぶどう)	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 みかん ご飯	牛乳100 おやつパン	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：544kcal タンパク：16.5g 脂質：17.7g	食塩相当量：1.9g	
11 木	なかよしヨーグルト	かつおの竜田揚げ 土佐和え 白菜汁 りんご ご飯	ヤクルト せんべい	かつお(秋獲り、生) 削り節 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ごま油 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：497kcal タンパク：17.6g 脂質：9.2g	食塩相当量：2g	
12 金	麦茶 誕生ケーキ	照り焼きチキン スパゲティサラダ なめこ汁 みかん きのこご飯	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 油揚げ	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム(普通脂肪) ショートケーキ	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん なめこ(生) 根深ねぎ うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) まいたけ(生) ぶなしめじ(生) 乾しいたけ(乾)	エネルギー：556kcal タンパク：19.7g 脂質：20.2g	食塩相当量：1.5g	誕生会
13 土		菓子袋							午前保育
14 日									
15 月	野菜ジュース せんべい	チキンカレー 小女子甘煮 牛乳100 みかん ご飯	なかよしヨーグルト 小魚	成鶏、むね(皮つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 水稲穀粒(精白米)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：508kcal タンパク：15.4g 脂質：13.1g	食塩相当量：1.4g	



令和3年11月 献立表

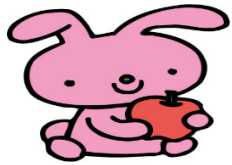
3歳未満児



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			
16 火	ゼリー(ぶどう)	鶏肉のバーベキューソース コールスロー サラダ まいたけ汁 りんご ご飯	スポロン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐	オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せん べい)	にんじん キャベツ まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生) スイートコーン缶 詰	エネルギー：550kcal タンパク：15.8g 脂質：13.8g	食塩相当量：1.6g	
17 水	バナナ	鮭のホイル焼き マセドアンサラダ 豆麴汁 オレンジ ご飯	牛乳100 ラスク(手作り)	べにざけ(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通 牛乳	有塩バター さつまいも(塊根、皮むき、生) マ ヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 食パ ン ざらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	バナナ(生) えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) にんじん (根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) きゅうり はくさい 根深ねぎ(葉、軟白、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：589kcal タンパク：20.4g 脂質：20.8g	食塩相当量：1g	
18 木	なかよしヨーグルト	肉じゃが スクランブルエッグ 大根汁 みかん ご飯	野菜生活100 焼き芋(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 油揚げ 米 みそ(甘みそ)	オリーブ油 こんにやく(精粉) じゃがいも(塊 茎、皮なし、生) 有塩バター 水稲穀粒(精白 米) さつまいも(塊根、皮むき、生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいん げん(若ざや、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、 軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：565kcal タンパク：15.7g 脂質：13.8g	食塩相当量：1.2g	
19 金	麦茶 麩菓子	タラのおろし煮 切り干し大根の中華和え 豆腐汁 りんご ご飯	牛乳100 焼きおにぎり(手作り)	まだら(生) かに風味かまぼこ 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 削り節	かりんとう(黒) でん粉(じゃがいもでん粉) 調 合油 水稲穀粒(精白米) ごま(いり)	だいこん(根、皮つき、生) 切干しだいこん(乾) きゅうり(果 実、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまね ぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：489kcal タンパク：17.5g 脂質：10.8g	食塩相当量：1.4g	
20 土	麦茶 ビスケット	クリームサンド ボルシチ 牛乳200 オレンジ	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) クリームパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべ い)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) トマト缶詰 ほうれんそ う(葉、通年平均、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：654kcal タンパク：20.6g 脂質：19.8g	食塩相当量：2.8g	
21 日									
22 月	ぶどうジュース 麩菓子	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 みかん ご飯	なかよしヨーグルト せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた中型種、かた(脂 身つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	かりんとう(黒) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 緑豆はるさめ(乾) ごま 油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) テンゲンサイ (葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) 乾 しいたけ(乾) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：564kcal タンパク：15.7g 脂質：14.7g	食塩相当量：1.7g	
23 火									勤労感謝の日
24 水	なかよしヨーグルト	焼き魚(鮭) マカロニサラダ わかめ汁 みかん ご飯	牛乳100 おやつパン	べにざけ(生) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛み そ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵 型) 水稲穀粒(精白米) サブレ クリームパン	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(り ん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう (早生、生)	エネルギー：499kcal タンパク：20.4g 脂質：16g	食塩相当量：1.1g	
25 木	バナナ	ひじきの寄せ煮 さつまいもキッシュ えのき汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ロース 黄だいず 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつま揚げ いんげんまめ(全粒、乾) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(淡色辛みそ)	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター さつま いも(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ スイートコーン缶詰 さやいんげん えのきたけ (生) 乾燥わかめ うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：563kcal タンパク：15.9g 脂質：11.6g	食塩相当量：2g	
26 金	ゼリー(りんご)	チキンカツ キャベツ和え ニラ玉汁 みかん ご飯	牛乳100 ポテのチーズ焼き (手作り)	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 削 り節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油 水稲穀粒 (精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、 生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう (早生、生)	エネルギー：474kcal タンパク：18.1g 脂質：14.8g	食塩相当量：1g	リンゴ狩り
27 土	麦茶 ビスコ	ミルクリッチ 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳100 オレンジ	リンゴジュース せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) 若鶏、もも(皮 つき、生) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮な し、生) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) エリンギ(生) さやいんげん(若ざや、生) バ レンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：547kcal タンパク：14.7g 脂質：19g	食塩相当量：1.9g	
28 日									
29 月	野菜ジュース せんべい	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 みかん ご飯	白いお星さまヨーグルト いも花子	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲穀粒(精 白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん 緑豆もやし(生) スイート コーン缶詰 うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：584kcal タンパク：15.6g 脂質：17.5g	食塩相当量：1.9g	
30 火	ゼリー(ぶどう)	松風焼き 春雨サラダ キャベツ汁 りんご ご飯	牛乳100 スイートポテトパイ (手作り)	鶏肉、ひき肉(生) 木綿豆腐 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 米みそ 若鶏、ささ身(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) クリーム(植物性脂肪)	パン粉(乾燥) ごま(いり) オリーブ油 緑豆 はるさめ(乾) 水稲穀粒(精白米) さつまいも (塊根、皮むき、生) 有塩バター パイ皮	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまね ぎ(りん茎、生) きくらげ(乾) きゅうり(果実、生) キャベツ (結球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：596kcal タンパク：19.4g 脂質：19.4g	食塩相当量：1g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和3年11月 離乳食献立表



日 曜	献立名			行事
	朝間	昼食	昼間	
1 月	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
2 火	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 豚肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
3 水				文化の日
4 木	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ ひき肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
5 金	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
6 土	麦茶 赤ちゃんせんべい	パンがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
7 日				
8 月	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 野菜のミルク煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
9 火	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 豚肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
10 水	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 納豆と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
11 木	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 魚と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
12 金	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	誕生会
13 土	麦茶 赤ちゃんせんべい			午前保育
14 日				
15 月	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 野菜煮 麦茶		
16 火	麦茶 せんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
17 水	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 鮭と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
18 木	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 豚肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
19 金	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ たらと野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
20 土	麦茶 赤ちゃんせんべい	パンがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
21 日				
22 月	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
23 火				勤労感謝の日
24 水	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 魚と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
25 木	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ ひじきの寄せ煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
26 金	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	リンゴ狩り
27 土	麦茶 赤ちゃんせんべい	パンがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
28 日				
29 月	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	
30 火	麦茶 赤ちゃんせんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 麦茶	ミルク 赤ちゃんせんべい	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。