



令和2年1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			
1 水								
2 木								
3 金								
4 土								
5 日								
6 月	きのこハッシュドポーク シーザーサラダ 牛乳 オレンジ ご飯	飲むヨーグルト 小魚	ぶた大型種、かたローズ(脂身つき、生) プロセスチーズ ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 芋かりんとう	たまねぎ にんじん エリンギ ぶなしめじ えのきたけ スイートコーン缶詰 ブロッコリー キャベツ レタス きゅうり ミニトマト バレンシアオレンジ	エネルギー：670kcal タンパク：17.8g 脂質：26.7g	食塩相当量：2.6g	
7 火	焼肉 ナムル とろりんスープ みかん ご飯	果実ジュース せんべい	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう スイートコーン缶詰 にんじん 緑豆もやし(生) にんにく たまねぎ わかめ(海藻、生) えのきたけ(生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：482kcal タンパク：15.8g 脂質：11.9g	食塩相当量：2.2g	
8 水	赤魚の煮魚 切り干し大根の中華和え きやべつ汁 みかん ご飯	牛乳 おやつパン	しらうお(生) かに風味かまぼこ 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) 切干しだいこん(乾) きゅうり(果実、生) スイートコーン缶詰 緑豆もやし(生) キャベツ 根菜ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：443kcal タンパク：16.1g 脂質：9.6g	食塩相当量：1.3g	
9 木	鶏肉のバーベキューソース マカロニサラダ こぶゆ 黒豆 赤飯 いちご	麦茶 ケーキ アイス	若鶏、もも(皮つき、生) まぐろ類缶詰 プロセスチーズ ほたてが い ささげ(全粒、乾) あずき(全粒、乾)	ショートケーキ なたね油 黒砂糖 マカロニス・バグッティ マヨネーズ さといも しらす 焼きふ 車輪 水稲穀粒 ごま(乾) ラクトアイス	しょうが りんご(皮むき、生) 根菜ねぎ にんにく レモン(果汁、生) きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 乾しいたけ(乾) きくらげ(乾) いちご(生)	エネルギー：642kcal タンパク：22.3g 脂質：22.8g	食塩相当量：1.9g	
10 金	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 りんご	ヤクルト サブレ	かつお節 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 焼き竹輪 普通牛乳	そうめん、ひやむぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) なたね油 サブレ	にんじん たまねぎ(りん茎、生) 乾しいたけ(乾) 根菜ねぎ 日本かぼちゃ(果実、生) あおのり(葉干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：482kcal タンパク：14g 脂質：12.5g	食塩相当量：2.5g	誕生会
11 土	ミルクリッチ 野菜ソテー 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ポーロ(衛生ポーロ) クリームパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう(葉、通年平均、生) ぶなしめじ(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：519kcal タンパク：12.4g 脂質：13g	食塩相当量：1.3g	だんごさし
12 日								
13 月								成人の日
14 火	ヒレカツ キャベツ和え わかめ汁 みかん ご飯	スポン せんべい	ぶた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛みそ) 削り節	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰 たまねぎ 乾燥わかめ(葉干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：478kcal タンパク：16.9g 脂質：7.8g	食塩相当量：1.6g	
15 水	さばの味噌煮 ポテトサラダ 大根汁 金時豆 みかん ご飯	牛乳 揚げパン	まさば(生) 米みそ(甘みそ) ナチュラルチーズ(エダム) かつお缶詰 油揚げ かつお節 ささげ(全粒、乾) 普通牛乳 きな粉	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(中ざら糖) 水稲穀粒(精白米) コップパン 調合油 車輪(三温糖)	バナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん スイートコーン缶詰 きゅうり だいこん(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：711kcal タンパク：26.7g 脂質：25.3g	食塩相当量：2.5g	



令和2年1月 献立表

3歳以上児



日 曜	屋食	屋間	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	行事
16 木	筑前煮 野菜入り卵焼き えのき汁 みかん ご飯	牛乳 アップルパイ	若鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 凍り 豆腐(乾) 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵、全 卵(生) 削り節 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	かりんとう(黒) オリブ油 板こんに やく(精粉こんにやく) なたね油 黒 砂糖 水稲穀粒(精白米) パイ皮	ごぼう(根、生) 乾しいたけ(乾) れんこん にんじ ん さやいんげん たまねぎ えのきたけ(生) 乾燥 わかめ うんしゅうみかん・じょうのう りんご	エネルギー：464kcal タンパク：17.4g 脂質：17.3g	食塩相当量：1.5g
17 金	ミートソーススパゲッティ レバーの甘辛煮 野菜たっぷりスープ りんご	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) ナチュラルチーズ (パルメザン) ぶた、肝臓(生) 普通 牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) オリブ油 薄力粉(1等) でん粉 なたね油 じゃ がいも 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) トマト缶詰(ホール、食塩無 添加) キャベツ(結球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：504kcal タンパク：14.1g 脂質：11.6g	食塩相当量：2.8g
18 土	甘バターサンド ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ハード) クリームサンド じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バ ター 米菓(塩せんべい)	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) バレンシアオレンジ(砂じょう、 生)	エネルギー：478kcal タンパク：12.9g 脂質：13.5g	食塩相当量：1.5g
19 日							
20 月	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん ご飯	野菜生活 ビスケット	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) い かなこ(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) なたね油 じゃが いも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精 白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ(生) にんじん (根、皮つき、生) アスパラガス(若茎、生) うん しゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：505kcal タンパク：12.2g 脂質：12.4g	食塩相当量：1.6g
21 火	煮込みハンバーグ 温野菜 えのき汁 みかん ご飯	フルーツヨーグルト いも花子	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏 卵、全卵(生) 削り節 米みそ(淡色辛 みそ) ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) オリブ油 水稲 穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー 糖)	にんじん たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ エリン ギ キャベツ ブロッコリー スイートコーン缶詰 乾 焼わかめ うんしゅうみかん・じょうのう パナナ(生) なつみかん もも	エネルギー：456kcal タンパク：18.9g 脂質：14.1g	食塩相当量：1.5g
22 水	白身魚のタルタルソース 青菜和え すまし汁 みかん ご飯	牛乳 コーンチーズパン	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆 腐、かつお節 普通牛乳 まぐろ類缶詰 (油漬、フレック、ライト) ナチュラル チーズ(エダム)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね 油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精 白米) ロールパン ミルクチョコレート	パナナ(生) ほうれんそう にんじん(根、皮つき、 生) スイートコーン缶詰 緑豆もやし(生) まいた け(生) わかめ 根菜ねぎ うんしゅうみかん・じょう のう(早生、生)	エネルギー：663kcal タンパク：24.8g 脂質：24.2g	食塩相当量：3.4g
23 木	鶏肉の治部煮 スクラブルエッグ 白菜汁 スイーティー ご飯	牛乳 ビスコ	若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 い んげんまめ(全粒、乾) 鶏卵、全卵 (生) プロセスチーズ 油揚げ 米みそ (甘みそ) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) さといも (球茎、水煮) 黒砂糖 有塩バター 水 稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) 乾しいたけ(乾) はくさ い(結球葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：571kcal タンパク：19.8g 脂質：19.5g	食塩相当量：1.3g
24 金	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 りんご	ジョア せんべい	かつお節 若鶏、むね(皮つき、生) 鶏 肉、ひき肉(生) 普通牛乳	干しうどん(ゆで) 黒砂糖 でん粉 (じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべ い)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だいこん キャベツ(結球葉、生) はくさい 日本か ぼちゃ(果実、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：460kcal タンパク：20.1g 脂質：9.7g	食塩相当量：1.1g
25 土	ソフトフランスピーナツパン コロコロスープ 牛乳 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	かりんとう(黒) ロールパン マヨネー ズ(全卵型) ミルクチョコレート なたね 油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米 菓(塩せんべい)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) 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) にんにく(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂 じょう、生)	エネルギー：544kcal タンパク：14.8g 脂質：19.6g	食塩相当量：1.9g
26 日							
27 月	ブロッコリーシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 みかん ご飯	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	バレンシアオレンジ 米菓(塩せんべ い) オリブ油 マカロニ・スパゲッティ (乾) じゃがいも 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) うんしゅうみか ん・じょうのう	エネルギー：591kcal タンパク：16g 脂質：16.7g	食塩相当量：0.9g
28 火	ささ身揚げ 青菜のごま和え なめこ汁 りんご ご飯	牛乳 ホットケーキ	若鶏、ささ身(生) 絹ごし豆腐 米みそ (甘みそ) かつお節 普通牛乳 鶏卵、全 卵(生)	プレミックス粉 なたね油 ごま(いり) 黒砂糖 水稲穀粒 プレミックス粉(ホッ トケーキ用) 有塩バター メーブルシ ロップ	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれん そう にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰 なめこ(生) 根菜ねぎ りんご (皮むき、生)	エネルギー：539kcal タンパク：20.9g 脂質：16.6g	食塩相当量：1.3g
29 水	さわらの照り焼き さつまいもサラダ きゃべつ汁 デコボン ご飯	牛乳 フレンチトースト	さわら(生) プロセスチーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	なたね油 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 黒砂糖 有塩バ ター メーブルシロップ	パナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮 つき、生) スイートコーン缶詰 きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) 根菜ねぎ バレンシアオレンジ (砂じょう、生)	エネルギー：594kcal タンパク：20.6g 脂質：19.9g	食塩相当量：1.3g
30 木	五目昆布煮 スペニッシュオムレツ 豆腐汁 ス ウィーティー ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) 油 揚げ さつま揚げ 普通牛乳 鶏卵、全 卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ (甘みそ)	オリブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せん べい)	まこんぶ(素干し、乾) ごぼう(根、生) にんじん (根、皮つき、生) トマト加工品(ピューレー) たま ねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー：502kcal タンパク：14.8g 脂質：9.1g	食塩相当量：2.7g
31 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 春雨スープ りんご	果実ジュース せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) ぶた中型種、か た(脂身つき、生)	ビスケット(ソフト) 蒸し中華めい オ リーブ油 車輪(三温糖) 緑豆はるさ め(乾) ごま油 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 緑豆もやし(生) あおさ テンゲンサイ(葉、 生) スイートコーン缶詰 乾しいたけ(乾) 根菜ね ぎ バレンシアオレンジ	エネルギー：496kcal タンパク：16.5g 脂質：17.6g	食塩相当量：1.7g

※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2年1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 水									
2 木									
3 金									
4 土									
5 日									
6 月	リンゴジュース せんべい	きのこハッシュドポーク シーザーサラダ 牛乳 オレンジ ご飯	飲むヨーグルト 小魚	ぶた大型種、かたローズ(脂身つき、生) プロセスチーズ ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 辛かりんとう	たまねぎ にんじん エリンギ ぶなしめじ えのきたけ スイートコーン缶詰 ブロッコリー キャベツ レタス きゅうり ミニトマト パレンシアオレンジ	エネルギー：670kcal タンパク：17.8g 脂質：26.7g	食塩相当量：2.6g	
7 火	ヨーグルト	焼肉 ナムル とろりんスープ みかん ご飯	果実ジュース せんべい	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう スイートコーン缶詰 にんじん 緑豆 もやし(生) にんにく たまねぎ わかめ(原産、生) えのきたけ(生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：482kcal タンパク：15.8g 脂質：11.9g	食塩相当量：2.2g	
8 水	バナナ	赤魚の煮魚 切り干し大根の中華和え きゃべつ汁 みかん ご飯	牛乳 おやつパン	しらうお(生) かに風味かまぼこ 油揚げ 米も(甘みそ) かつお節 普通牛乳	ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) 切干しだいこん(乾) きゅうり(果実、生) スイートコーン缶詰 緑豆もやし(生) キャベツ 根菜ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：443kcal タンパク：16.1g 脂質：9.6g	食塩相当量：1.3g	
9 木	麦茶 誕生ケーキ	鶏肉のバーベキューソース マカロニサラダ こぶゆ 黒豆 赤飯 いちご	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) まぐろ類缶詰 プロセスチーズ ほたてが い ささげ(全粒、乾) あずき(全粒、乾)	ショートケーキ なたね油 黒砂糖 マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ さといも しらたき 焼きふ 草糖 水稲穀粒 ごま(乾) ラクトアイス	しょうが りんご(皮むき、生) 根菜ねぎ にんにく レモン(果汁、生) きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 乾しいたけ(乾) きくらげ(乾) いちご(生)	エネルギー：642kcal タンパク：22.3g 脂質：22.8g	食塩相当量：1.9g	
10 金	ゼリー	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 りんご	ヤクルト サブレ	かつお節 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 焼き竹輪 普通牛乳	そうめん、ひやむぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) なたね油 サブレ	にんじん たまねぎ(りん茎、生) 乾しいたけ(乾) 根菜ねぎ 日本かぼちゃ(果実、生) あおのり(葉干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：482kcal タンパク：14g 脂質：12.5g	食塩相当量：2.5g	
11 土	麦茶 たまごボーロ	ミルクリッチ 野菜ソテー 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) クリームパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう(葉、通年平均、生) ぶなしめじ(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) パレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：519kcal タンパク：12.4g 脂質：13g	食塩相当量：1.3g	
12 日									
13 月									成人の日
14 火	ヨーグルト	ヒレカツ キャベツ和え わかめ汁 みかん ご飯	スポロン せんべい	ぶた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) 納ご豆腐 米も(淡色辛みそ) 削り節	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰 たまねぎ 乾燥わかめ(葉干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：478kcal タンパク：16.9g 脂質：7.8g	食塩相当量：1.6g	
15 水	バナナ	さばの味噌煮 ポテトサラダ 大根汁 金時豆 みかん ご飯	牛乳 揚げパン	まさば(生) 米も(甘みそ) ナチュラルチーズ(エダム) かつお缶詰 油揚げ かつお節 ささげ(全粒、乾) 普通牛乳 きな粉	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(中ざら糖) 水稲穀粒(精白米) コッペパン 調合油 草糖(三葉糖)	バナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん スイートコーン缶詰 きゅうり だいこん(根、皮つき、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう	エネルギー：711kcal タンパク：26.7g 脂質：25.3g	食塩相当量：2.5g	
16 木	麦茶 麩菓子	筑前煮 野菜入り卵焼き えのき汁 みかん ご飯	牛乳 アップルパイ	若鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 凍り豆腐(乾) 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 削り節 米も(淡色辛みそ) 普通牛乳	かりんとう(黒) オリーブ油 板こんにゃく(精粉こんにゃく) なたね油 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) バイロ	ごぼう(根、生) 乾しいたけ(乾) れんこん にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ(生) 乾燥わかめ うんしゅうみかん・じょうのう りんご	エネルギー：464kcal タンパク：17.4g 脂質：17.3g	食塩相当量：1.5g	
17 金	ゼリー	ミートソーススパゲッティ レパールの甘辛煮 野菜たっぷりスープ りんご	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) ナチュラルチーズ(パルメザン) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) オリーブ油 薄力粉(1等) でん粉 なたね油 じゃがいも 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) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) キャベツ(結球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：504kcal タンパク：14.1g 脂質：11.6g	食塩相当量：2.8g	



令和2年1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		
18 土	麦茶 ビスケット	甘バターサンド ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ハード) クリームサンド じゃがいも(焼茎、皮なし、生) 有塩バ ター 米菓(塩せんべい)	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) バレンシアオレンジ(砂じょう、 生)	1食分* : 478kcal タンパク : 12.9g 脂質 : 13.5g	食塩相当量 : 1.5g
19 日								
20 月	ぶどうジュース せんべい	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん ご飯	野菜生活 ビスケット	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) い かなご(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) なたね油 じゃが いも(焼茎、皮つき、生) 水稲穀粒(精 白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ(生) にんじん (根、皮つき、生) アスパラガス(若茎、生) うん しゅうみかん・じょうのう(早生、生)	1食分* : 505kcal タンパク : 12.2g 脂質 : 12.4g	食塩相当量 : 1.6g
21 火	麦茶 せんべい	煮込みハンバーグ 温野菜 えのき汁 みかん ご飯	フルーツヨーグルト いも花子	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏 卵、全卵(生) 削り節 米みそ(淡色辛 みそ) ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲 穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー 糖)	にんじん たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ エリ ンギ キャベツ ブロッコリー スイートコーン缶詰 乾燥わかめ うんしゅうみかん・じょうのう パナナ (生) なつみかん もも	1食分* : 456kcal タンパク : 18.9g 脂質 : 14.1g	食塩相当量 : 1.5g
22 水	パナナ	白身魚のタルタルソース 青菜和え すまし汁 みかん ご飯	牛乳 コーンチーズパン	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし 豆腐 かつお節 普通牛乳 まぐろ類 缶詰(油漬、フレーク、ライト) ナチュ ルチーズ(エダム)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね 油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒 (精白米) ロールパン ミルクチョコ レート	パナナ(生) ほうれんそう にんじん(根、皮つき、 生) スイートコーン缶詰 緑豆もやし(生) まいた け(生) わかめ 根菜ねぎ うんしゅうみかん・じょ うのう(早生、生)	1食分* : 663kcal タンパク : 24.8g 脂質 : 24.2g	食塩相当量 : 3.4g
23 木	ゼリー	鶏肉の治部煮 ス克蘭ブルエッグ 白菜汁 スイーティー ご飯	牛乳 ビスコ	若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 い んげんまめ(全粒、乾) 鶏卵、全卵 (生) プロセステーズ 油揚げ 米み そ(甘みそ) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) さといも (球茎、水煮) 黒砂糖 有塩バター 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) 乾しいたけ(乾) はく さい(結球葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	1食分* : 571kcal タンパク : 19.8g 脂質 : 19.5g	食塩相当量 : 1.3g
24 金	ヨーグルト	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 りんご	ジョア せんべい	かつお節 若鶏、むね(皮つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) 普通牛乳	干しうどん(ゆで) 黒砂糖 でん粉 (じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべ い)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だいこん キャベツ(結球葉、生) はくさい 日本か ぼちゃ(果実、生) うんしゅうみかん・じょうのう	1食分* : 460kcal タンパク : 20.1g 脂質 : 9.7g	食塩相当量 : 1.1g
25 土	麦茶 麩菓子	ソフトフランスピーナツパン コロコロスープ 牛乳 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	かりんとう(黒) ロールパン マヨネ ーズ(全卵型) ミルクチョコレート な たね油 じゃがいも(焼茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) 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) にんじく(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂 じょう、生)	1食分* : 544kcal タンパク : 14.8g 脂質 : 19.6g	食塩相当量 : 1.9g
26 日								
27 月	オレンジジュース せんべい	ブロッコリーシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 みかん ご飯	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	バレンシアオレンジ 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 水稲穀粒(精白 米) 手かりんとう	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) うんしゅう みかん・じょうのう	1食分* : 591kcal タンパク : 16g 脂質 : 16.7g	食塩相当量 : 0.9g
28 火	ヨーグルト	ささ身揚げ 青菜のごま和え なめこ汁 りんご ご飯	牛乳 ホットケーキ	若鶏、ささ身(生) 絹ごし豆腐 米みそ (甘みそ) かつお節 普通牛乳 鶏 卵、全卵(生)	プレミックス粉 なたね油 ごま(いり) 黒砂糖 水稲穀粒 プレミックス粉 (ホットケーキ用) 有塩バター メー プルシロップ	しょうが(根茎、生) にんじく(りん茎、生) ほうれ んそう にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰 なめこ(生) 根菜ねぎ りんご (皮むき、生)	1食分* : 539kcal タンパク : 20.9g 脂質 : 16.6g	食塩相当量 : 1.3g
29 水	パナナ	さわらの照り焼き さつまいもサラダ きやべつ汁 デコボン ご飯	牛乳 フレンチトースト	さわら(生) プロセステーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	なたね油 さつまいも(焼根、皮むき、 生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒 (精白米) 食パン 黒砂糖 有塩バ ター メーブルシロップ	パナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮 つき、生) スイートコーン缶詰 きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) 根菜ねぎ バレンシアオー レンジ(砂じょう、生)	1食分* : 594kcal タンパク : 20.6g 脂質 : 19.9g	食塩相当量 : 1.3g
30 木	ゼリー	五目昆布煮 スパニッシュオムレツ 豆腐汁 スイーティー ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) 絹ごし豆腐 かつお節 米 みそ(甘みそ)	オリーブ油 じゃがいも(焼茎、皮なし、 生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せ んべい)	まこんぶ(葉干し、乾) ごぼう(根、生) にんじん (根、皮つき、生) トマト加工品(ピューレー) たま ねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(葉干し)	1食分* : 502kcal タンパク : 14.8g 脂質 : 9.1g	食塩相当量 : 2.7g
31 金	麦茶 ビスコ	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 春雨スープ りんご	果実ジュース せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) ぶた中型種、か た(脂身つき、生)	ビスケット(ソフト) 煮し中華めん オ リーブ油 草餅(三温糖) 緑豆はるさ め(乾) ごま油 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 緑豆もやし(生) あおさ チンゲンサイ (葉、生) スイートコーン缶詰 乾しいたけ(乾) 根 菜ねぎ バレンシアオレンジ	1食分* : 496kcal タンパク : 16.5g 脂質 : 17.6g	食塩相当量 : 1.7g

※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2年1月 離乳食献立表



日 曜	献立名			行事
	朝間	昼食	昼間	
1 水				
2 木				
3 金				
4 土				
5 日				
6 月	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク せんべい	
7 火	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 野菜スープ	ミルク せんべい	
8 水	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 キャベツ汁	ミルク せんべい	
9 木	麦茶 せんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 野菜汁	ミルク せんべい	
10 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	誕生会
11 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	だんごさし
12 日				
13 月				成人の日
14 火	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
15 水	麦茶 せんべい	おかゆ たらと野菜煮 大根汁	ミルク せんべい	
16 木	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 玉ねぎ汁	ミルク せんべい	
17 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	
18 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	
19 日				
20 月	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜のミルク煮 麦茶	ミルク せんべい	
21 火	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 玉ねぎ汁	ミルク せんべい	
22 水	麦茶 せんべい	おかゆ たらと野菜煮 長ねぎ汁	ミルク せんべい	
23 木	麦茶 せんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 白菜汁	ミルク せんべい	
24 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	
25 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	
26 日				
27 月	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク せんべい	
28 火	麦茶 せんべい	おかゆ 鶏肉と野菜煮 長ねぎ汁	ミルク せんべい	
29 水	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
30 木	麦茶 せんべい	おかゆ 野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
31 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク 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。

面川報徳保育園



令和2年1月 離乳食献立表



日 曜	献立名			行事
	朝間	昼食	昼間	
1 水				
2 木				
3 金				
4 土				
5 日				
6 月	麦茶 せんべい	軟飯 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク せんべい	
7 火	麦茶 せんべい	軟飯 豚肉と野菜煮 野菜スープ	ミルク せんべい	 誕生会
8 水	麦茶 せんべい	軟飯 野菜煮 キャベツ汁	ミルク せんべい	
9 木	麦茶 せんべい	軟飯 鶏肉と野菜煮 野菜汁	ミルク せんべい	
10 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	だんごさし
11 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	
12 日				
13 月				成人の日
14 火	麦茶 せんべい	軟飯 豚肉と野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
15 水	麦茶 せんべい	軟飯 たらと野菜煮 大根汁	ミルク せんべい	
16 木	麦茶 せんべい	軟飯 野菜煮 玉ねぎ汁	ミルク せんべい	
17 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	
18 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	
19 日				
20 月	麦茶 せんべい	軟飯 野菜のミルク煮 麦茶	ミルク せんべい	
21 火	麦茶 せんべい	軟飯 野菜煮 玉ねぎ汁	ミルク せんべい	
22 水	麦茶 せんべい	軟飯 たらと野菜煮 長ねぎ汁	ミルク せんべい	
23 木	麦茶 せんべい	軟飯 鶏肉と野菜煮 白菜汁	ミルク せんべい	
24 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク せんべい	
25 土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 麦茶	ミルク せんべい	
26 日				
27 月	麦茶 せんべい	軟飯 野菜のクリーム煮 麦茶	ミルク せんべい	
28 火	麦茶 せんべい	軟飯 鶏肉と野菜煮 長ねぎ汁	ミルク せんべい	
29 水	麦茶 せんべい	軟飯 野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
30 木	麦茶 せんべい	軟飯 野菜煮 豆腐汁	ミルク せんべい	
31 金	麦茶 せんべい	野菜そうめん かぼちゃ煮 麦茶	ミルク 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。

面川報徳保育園