



令和2年5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 金	五目納豆 さつま芋の甘煮 磯そうめん汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) プロセ ステーズ 糸引き納豆 ぶた大型種、かた (脂身つき、生)	オリーブ油 さつまいも(焼根、皮むき、 生) そうめん、ひやむぎ(乾) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	根菜ねぎ にんじん 乾しいたけ(乾) たまねぎ(りん蓋、生) 葉ねぎ(葉、生) ごぼう(根、生) 乾燥わかめ(葉干し) パレンシアオレンジ	エネルギー: 573kcal タンパク: 18.7g 脂質: 14g	食塩相当量: 2.9g かぶと行列
2 土	ソフトフランスジャムマーガリン チキンカチャトラ 牛乳 キウイ	野菜生活 ビスケット	若鶏、もも(皮つき、生) クリーム(植物 性脂肪) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッパン いちご ソフトタイプマーガリン(家庭用) 薄力 粉(1等) じゃがいも オリーブ油 ビス ケット(ハード)	たまねぎ(りん蓋、生) にんじん えの きたけ(生) トマト缶詰 にんにく(りん 蓋、生) キウイフルーツ(練肉種、生)	エネルギー: 448kcal タンパク: 13g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 2.1g
3 日							憲法記念日
4 月							みどりの日
5 火							こどもの日
6 水							振替休日
7 木	五目昆布煮 スクランブルエッグ すまし汁 グレープフルーツ ご飯	ヨーグルト いも花子	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 油 揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プ ロセステーズ 絹ごし豆腐 かつお節	オリーブ油 有塩バター 水稲穀粒(精 白米) 芋かりんとう	まこんぶ(葉干し、乾) ごぼう にんじ ん(根、皮つき、生) まいたけ(生) わ かめ(根葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、 生) グレープフルーツ	エネルギー: 464kcal タンパク: 13.4g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 2.1g
8 金	かつおの竜田揚げ 土佐和え けんちんうどん汁 キウイ ご飯	牛乳 おやつパン	かつお(秋獲り、生) かつお節 兩り節 ぶた大型種、かたロース(脂身つき、 生) 木綿豆腐 普通牛乳	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいも でん粉) なたね油 干しうどん(乾) さ といも(球茎、生) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	しょうが(根茎、生) 乾燥わかめ ほう れんそう にんじん スイートコーン缶詰 まこんぶ ごぼう だいこん 根菜ねぎ キウイフルーツ	エネルギー: 535kcal タンパク: 22.2g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 2.5g
9 土	クロワッサンサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ ご飯	ゼリー 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 ミルクチョコレート マヨ ネーズ(全卵型) オリーブ油 マカロ ニスバグッティ(乾) 水稲穀粒(精白 米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん蓋、生) たまねぎ にんじ ん スズキニ(果実、生) スイートコー ン缶詰 赤ピーマン(果実、生) トマト 缶詰 パレンシアオレンジ	エネルギー: 701kcal タンパク: 16.1g 脂質: 27.8g	食塩相当量: 2.9g
10 日							
11 月	鶏肉のさっぱり煮 ナムル のっぺい汁 オレンジ ご飯	飲むヨーグルト 小魚	若鶏、もも(皮つき、生) 鶏肉、ひき肉 (生) 鶏卵、全卵(生) ヨーグルト(全 脂無糖) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 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) 乳酸菌飲料(乳製品)	ほうれんそう スイートコーン缶詰 にん じん 緑豆もやし にんにく 根菜ねぎ しょうが 乾しいたけ(乾) たけのこ は くさい パレンシアオレンジ	エネルギー: 430kcal タンパク: 18.6g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 2.2g
12 火	蒸し団子 温野菜 大根汁 キウイ ご飯	スポロン せんべい	普通牛乳、ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全 卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘 みそ)	ウエハース 水稲穀粒(精白米) パン 粉(乾燥) でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん蓋、生) 根菜ねぎ しょう が キャベツ プロقوقリー にんじん スイートコーン缶詰 だいこん(根、皮つ き、生) キウイフルーツ	エネルギー: 608kcal タンパク: 19.8g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 1.9g
13 水	カレイの煮物 和風ポテトサラダ 青菜汁 オレンジ ご飯	牛乳 セサミトースト	まがれい(生) 焼き竹輪 プロセステ ーズ かつお節 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	車輪(三温種) じゃがいも マヨネーズ (全卵型) 焼きふ(厚み) 水稲穀粒 ごま(いり) ざらめ種 有塩バター 食 パン	バナナ(生) しょうが にんじん きゅう り スイートコーン缶詰 ほうれんそう (葉干し) ほうれんそう たまねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 477kcal タンパク: 18.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 2.0g
14 木	切干し大根の含め煮 ブロccoliキッシュ えのき汁 グレープフルーツ ご飯	牛乳 ビスコ	ぶた大型種、かた さつま揚げ 油揚げ いんげんまめ(全粒、乾) プロセステ ーズ 鶏卵、全卵(生) 兩り節 米みそ 普通牛乳	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バタ ー じゃがいも(焼茎、皮なし、生) 水稲穀 粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん 切干しだいこん(乾) たまね ぎ スイートコーン缶詰 ほうれんそう ブロッコリー えのきたけ(生) 乾燥わ かめ グレープフルーツ	エネルギー: 549kcal タンパク: 15g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.6g
15 金	鶏のから揚げ 青菜和え 春きやべつ汁 清見オレンジ たけのごこ飯	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 米み そ(甘みそ) かつお節	ショートケーキ でん粉(じゃがいもで ん粉) 薄力粉(1等) なたね油 水稲穀 粒(精白米) アイスクリューム(普通脂 肪)	しょうが にんにく ほうれんそう にんじ ん スイートコーン缶詰 緑豆もやし (生) キャベツ 根菜ねぎ パレンシア オレンジ たけのこ(ゆで)	エネルギー: 422kcal タンパク: 16.5g 脂質: 20.7g	食塩相当量: 1.4g 誕生日会



令和2年5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 土	ミルクリッチ ジャーマンポテト 牛乳 キウイ	ゼリー せんべい	ソーセージ(ウインナー) 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)	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) キウイ フルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 529kcal タンパク: 12.5g 脂質: 13g	食塩相当量: 1.4g
17 日							
18 月	コーンシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳 清見オレンジ 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	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニスバク グッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	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	エネルギー: 544kcal タンパク: 14.8g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 0.9g
19 火	ポークチャップ シーザーサラダ わかめ汁 キウイ ご飯	リンゴジュース せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) プロセステーズ ソーセージ(ウインナー) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛みそ) 削り節	かりんとう(黒) 割合油 フレンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんにく キヤベツ レタス にんじん きゅうり ミニトマト スイートコーン缶詰 乾燥わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 469kcal タンパク: 14g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1.8g
20 水	白身魚のタルタルソース 青菜のごま和え なめこ汁 メロン ご飯	牛乳 おやつパン	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 マヨネーズ(全卵型) ごま(いり) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) ほうれんそう にんじん(根、皮つき、生) 枝豆もやし(生) スイートコーン缶詰 なめこ(生) 根菜ねぎ メロン	エネルギー: 490kcal タンパク: 19.9g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.2g 花壇作り
21 木	五色煮 厚焼き卵 きゃべつ汁 オレンジ ご飯	牛乳 お好み焼き	若鶏、むね(皮つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳 プロセステーズ さくらえび(煮干し)	なたね油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 黒砂糖 オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	にんじん 乾しいたけ(乾) さやいんげん キヤベツ 根菜ねぎ バレンシアオレンジ 枝豆もやし(生) スイートコーン缶詰 あおさ(煮干し)	エネルギー: 559kcal タンパク: 20g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 1.4g
22 金	まさご揚げ 三色和え 鶏南蛮汁 キウイ ご飯	ジョア 焼きおにぎり	木綿豆腐 鶏肉、ひき肉(生) 大正ებ(生) しらす干し(微乾燥品) 鶏卵、全卵(生) かつお節 若鶏、もも(皮なし、生)	なたね油 めん粉(じゃがいもでん粉) そらめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米)	にんじん たまねぎ(りん茎、生) キヤベツ スイートコーン缶詰 根菜ねぎ(葉、軟白、生) キウイフルーツ	エネルギー: 493kcal タンパク: 19.8g 脂質: 7.1g	食塩相当量: 2g
23 土	ソフトフランスピーナツパン スパゲティサラダ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) コッペパン らっかせい(ピーナツバター) 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: 512kcal タンパク: 13.4g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.6g
24 日							
25 月	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 キウイ ご飯	野菜生活 サブレ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) いんげんまめ(全粒、ゆで) いか なご(生) 普通牛乳	バレンシアオレンジ(60%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) サブレ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 487kcal タンパク: 13.1g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 1.5g
26 火	チキンカツ 春キャベツ和え まいたけ汁 オレンジ ご飯	フルーツヨーグルト 小魚	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) ヨーグルト(全脂無糖)	薄力粉(1等) パン粉(生) なたね油 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖)	キャベツ にんじん スイートコーン缶詰 まいたけ 根菜ねぎ 乾燥わかめ バレンシアオレンジ バナナ なつみかん もも	エネルギー: 450kcal タンパク: 14.8g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 0.9g
27 水	さばの味噌煮 マセドアンサラダ 白菜汁 メロン ご飯	牛乳 ツナコーンサンド	まさば(生) 米みそ(甘みそ) プロセステーズ 油揚げ かつお節 普通牛乳 まぐろ風缶詰(油漬、フレーク、ライト)	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) ロールパン	バナナ(生) しょうが にんじん スイートコーン缶詰 きゅうり はくさい(結球葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー: 550kcal タンパク: 20g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 1.2g
28 木	酢豚 花型卵 豆腐汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、もも(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	かりんとう(黒) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが たまねぎ(りん茎、生) にんじん 乾しいたけ(乾) 青ピーマン パインアップル(缶詰) 乾燥わかめ(煮干し) バレンシアオレンジ	エネルギー: 481kcal タンパク: 15.2g 脂質: 7.8g	食塩相当量: 1.9g
29 金	中華風ローストチキン 豆まめサラダ 温そうめん汁 キウイ ご飯	牛乳 ウエハース	成鶏、もも(皮つき、生) 黄だいず(国産、ゆで) プロセステーズ かつお節 ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳	ごま(いり) ごま油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) そうめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米) ウエハース	たまねぎ しょうが にんにく 日本ほちや にんじん きゅうり(果実、生) さやいんげん スイートコーン缶詰 根菜ねぎ キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 545kcal タンパク: 18.8g 脂質: 20.2g	食塩相当量: 1.8g
30 土	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) クリームサンド 枝豆はるさめ(乾) ごま油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) チンゲンサイ(葉、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) バレンシアオレンジ	エネルギー: 465kcal タンパク: 12.9g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.8g
31 日							

※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5月 献立表



3歳未満児

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	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 金	ヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 磯そうめん汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 糸引き納豆 ぶた大型種、かた(脂身つき、生)	オリーブ油 さつまいも(焼根、皮むき、生) そうめん、ひやむぎ(乾) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	根菜ねぎ にんじん 乾しいたけ(乾) たまねぎ(りん茎、生) 葉ねぎ(葉、生) ごぼう(根、生) 乾燥わかめ(葉干し) パレンシアオレンジ	エネルギー: 573kcal タンパク: 18.7g 脂質: 14g	2.9g	かぶと行列
2 土	麦茶 せんべい	ソフトフランスジャムマーガリン チキンカチャトラ 牛乳 キウイ	野菜生活 ビスケット	若鶏、もも(皮つき、生) クリーム(植物性脂肪) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッペパン いちごソフトタイプマーガリン(家庭用) 薄力粉(1等) じゃがいも オリーブ油 ビスケッ(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん えのきたけ(生) トマト缶詰 にんにく(りん茎、生) キウイフルーツ(練肉種、生)	エネルギー: 448kcal タンパク: 13g 脂質: 12.3g	2.1g	
3 日									
4 月									
5 火									
6 水									
7 木	ゼリー	五目昆布煮 ス克蘭ブルエッグ すまし汁 グレープフルーツ ご飯	ヨーグルト いも花子	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) 油揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節	オリーブ油 有塩バター 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	まこんぶ(葉干し、乾) ごぼう にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) わかめ(原葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) グレープフルーツ	エネルギー: 464kcal タンパク: 13.4g 脂質: 15.1g	2.1g	
8 金	ヤクルト せんべい	かつおの竜田揚げ 土佐和え けんちんうどん汁 キウイ ご飯	牛乳 おやつパン	かつお(秋獲り、生) かつお節 削り節 ぶた大型種、かたローズ(脂身つき、生) 木綿豆腐 普通牛乳	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 干しうどん(乾) さといも(球茎、生) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	しょうが(根茎、生) 乾燥わかめ ほうれんそう にんじん スイートコーン缶詰 まこんぶ ごぼう だいこん 根菜ねぎ キウイフルーツ	エネルギー: 535kcal タンパク: 22.2g 脂質: 14.5g	2.5g	
9 土	麦茶 ビスコ	クロワッサンサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ ご飯	ゼリー 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 ミルクチョコレート マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 マカロニ(スパゲッティ乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ にんじん、ズッキーニ(果実、生) スイートコーン缶詰 赤ピーマン トマト缶詰 パレンシアオレンジ	エネルギー: 701kcal タンパク: 16.1g 脂質: 27.8g	2.9g	
10 日									
11 月	リンゴジュース せんべい	鶏肉のさっぱり煮 ナムル のっぺい汁 オレンジ ご飯	飲むヨーグルト 小魚	若鶏、もも(皮つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) ごま油 ごま(白り) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品)	ほうれんそう スイートコーン缶詰 にんじん 緑豆もやし にんにく 根菜ねぎ しょうが 乾しいたけ(乾) たけのこ はくさい パレンシアオレンジ	エネルギー: 430kcal タンパク: 18.6g 脂質: 10.5g	2.2g	
12 火	牛乳 ウエハース	蒸し団子 温野菜 大根汁 キウイ ご飯	スポロン せんべい	普通牛乳 ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	ウエハース 水稲穀粒(精白米) パン粉(乾燥) でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) 根菜ねぎ しょうが キャベツ ブロッコリー にんじん スイートコーン缶詰 だいこん(根、皮つき、生) キウイフルーツ	エネルギー: 608kcal タンパク: 19.8g 脂質: 15.1g	1.9g	
13 水	バナナ	カレーの煮物 和風ポテトサラダ 青菜汁 オレンジ ご飯	牛乳 セサミトースト	まがれい(生) 焼き竹輪 プロセスチーズ かつお節 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	車輪(三温種) じゃがいも マヨネーズ(全卵型) 焼きふ(草ふ) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) なたね油 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	バナナ(生) しょうが にんじん きゅうり スイートコーン缶詰 ほめこんぶ(葉干し) ほうれんそう たまねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 477kcal タンパク: 18.2g 脂質: 13.8g	2g	
14 木	ゼリー	切干し大根の含め煮 ブロッコリーキッシュ えのき汁 グレープフルーツ ご飯	牛乳 ビスコ	ぶた大型種、かた さつま揚げ 油揚げ いんげんまめ(全粒、乾) プロセスチーズ 鶏卵、全卵(生) 削り節 米みそ 普通牛乳	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター(精白米) ビスケッ(ソフト)	にんにく 切干しだいこん(乾) たまねぎ スイートコーン缶詰 ほうれんそう ブロッコリー えのきたけ(生) 乾燥わかめ グレープフルーツ	エネルギー: 549kcal タンパク: 15g 脂質: 17.5g	1.6g	
15 金	麦茶 誕生ケーキ	鶏のから揚げ 青菜和え 春きゃべつ汁 清見オレンジ たけのこご飯	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節	ショートケーキ でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) なたね油 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム(普通脂肪)	しょうが にんにく ほうれんそう にんじん スイートコーン缶詰 緑豆もやし(生) キャベツ 根菜ねぎ パレンシアオレンジ たけのこ(ゆで)	エネルギー: 422kcal タンパク: 16.5g 脂質: 20.7g	1.4g	誕生会



令和2年5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 土	麦茶 たまごボーロ	ミルクリッチ ジャーマンポテト 牛乳 キウイ	ゼリー せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ポーロ(衛生ポーロ) クリームパン じゃがいも(焼菓、皮なし、生) 有塩パ ター 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん蓋、生) スイートコーン 缶詰(ホールカーネルスタイル) キウイ フルーツ(練肉種、生)	エネルギー: 529kcal タンパク: 12.5g 脂質: 13g	食塩相当量: 1.4g
17 日								
18 月	ぶどうジュース せんべい	コーンシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳 清見オレンジ 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	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがい も(焼菓、皮なし、生) マカロニスバ ググティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 芋 かりんとう	たまねぎ(りん蓋、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) プロコロリー(花 序、生) バレンシアオレンジ	エネルギー: 544kcal タンパク: 14.8g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 0.9g
19 火	麦茶 麩菓子	ポークチャップ シーザーサラダ わかめ汁 キウイ ご飯	リンゴジュース せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ブ ロセステーズ ソーセージ(ウインナー) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛みそ) 削 り節	かりんとう(黒) 調合油 フレンチドレ ッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩 せんべい)	たまねぎ(りん蓋、生) にんにく キヤ ベツ レタス にんじん きゅうり ミニ マト スイートコーン缶詰 乾燥わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 469kcal タンパク: 14g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1.8g
20 水	バナナ	白身魚のタルタルソース 青菜のごま和え なめこ汁 メロン ご飯	牛乳 おやつパン	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆 腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通 牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね 油 マヨネーズ(全卵型) ごま(いり) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) クリーム パン	バナナ(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 メロン	エネルギー: 499kcal タンパク: 19.9g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.2g 花壇作り
21 木	ヨーグルト	五色煮 厚焼き卵 きゃべつ汁 オレンジ ご飯	牛乳 お好み焼き	若鶏、むね(皮つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘み そ) かつお節 普通牛乳 プロセス チーズ さくらえび(煮干し)	なたね油 じゃがいも(焼菓、皮なし、 生) 黒砂糖 オリーブ油 水稲穀粒(精 白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵 型)	にんじん 乾いたけ(乾) さやいんげ ん キヤベツ 根菜ねぎ バレンシアオ レンジ 緑豆もやし(生) スイートコー ン缶詰 あおさ(煮干し)	エネルギー: 559kcal タンパク: 20g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 1.4g
22 金	ゼリー	まさご揚げ 三色和え 鶏南蛮汁 キウイ ご飯	ジョア 焼きおにぎり	水稲豆腐 鶏肉、ひき肉(生) 大正え び(生) しらす干し(製乾燥品) 鶏卵、 全卵(生) かつお節 若鶏、もも(皮な し、生)	なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) そうめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精 白米)	にんじん たまねぎ(りん蓋、生) キヤ ベツ スイートコーン缶詰 根菜ねぎ (葉、軟白、生) キウイフルーツ	エネルギー: 493kcal タンパク: 19.8g 脂質: 7.1g	食塩相当量: 2g
23 土	麦茶 ビスコ	ソフトフランスピーナツパン スパゲティサラダ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) コッペパン りっか せい(ピーナツバター) じゃがいも (焼菓、皮なし、生) 有塩バター 米菓 (塩せんべい)	たまねぎ(りん蓋、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: 512kcal タンパク: 13.4g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.6g
24 日								
25 月	オレンジジュース せんべい	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 キウイ ご飯	野菜生活 サブレ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、 生) いんげんまめ(全粒、ゆで) いか なご(生) 普通牛乳	バレンシアオレンジ(50%果汁入り飲 料) 米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) サブレ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(り ん蓋、生) エリンギ(生) キウイフル ーツ(練肉種、生)	エネルギー: 487kcal タンパク: 13.1g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 1.5g
26 火	ゼリー	チキンカツ 春キャベツ和え まいたけ汁 オレンジ ご飯	フルーツヨーグルト 小魚	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵 (生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) ヨー グルト(全脂無糖)	薄力粉(1等) パン粉(生) なたね油 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラ ニュー糖)	キャベツ にんじん スイートコーン缶 詰 まいたけ 根菜ねぎ 乾燥わかめ バレンシアオレンジ パナナ なつみかん もも	エネルギー: 450kcal タンパク: 14.8g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 0.9g
27 水	バナナ	さばの味噌煮 マセドアンサラダ 白菜汁 メロン ご飯	牛乳 ツナコーンサンド	まさご(生) 米みそ(甘みそ) プロセ ステーズ 油揚げ かつお節 普通牛乳 まぐら類缶詰(油漬、フレック、ライト)	さつまいも(焼菓、皮むき、生) マヨ ネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	バナナ(生) しょうが にんにく スイ ートコーン缶詰 きゅうり はくさい(結 球葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) メ ロン(温蓋メロン、生)	エネルギー: 550kcal タンパク: 20g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 1.2g
28 木	麦茶 麩菓子	酢豚 花型卵 豆腐汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、もも(赤肉、生) 鶏卵、全 卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米み そ(甘みそ)	かりんとう(黒) オリーブ油 じゃがい も(焼菓、皮なし、生) でん粉(じゃがい もでん粉) ごま(いり) 水稲穀粒(精白 米) 米菓(塩せんべい)	しょうが たまねぎ(りん蓋、生) にん じん 乾いたけ(乾) 青ピーマン バ インアップル(缶詰) 乾燥わかめ(煮干 し) バレンシアオレンジ	エネルギー: 481kcal タンパク: 15.2g 脂質: 7.8g	食塩相当量: 1.9g
29 金	ヨーグルト	中華風ローストチキン 豆まめサラダ 温そうめん汁 キウイ ご飯	牛乳 ウエハース	成鶏、もも(皮つき、生) 黄たじ(國 産、ゆで) プロセステーズ かつお節 ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 普 通牛乳	ごま(いり) ごま油 さつまいも(焼菓、 皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) そ うめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白 米) ウエハース	たまねぎ しょうが にんにく 日本か ぼちゃ にんじん きゅうり(果実、生) さ やいんげ スイートコーン缶詰 根菜 ねぎ キウイフルーツ(練肉種、生)	エネルギー: 545kcal タンパク: 18.8g 脂質: 20.2g	食塩相当量: 1.8g
30 土	麦茶 ビスケット	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、 生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) クリームサンド 緑 豆はるさめ(乾) ごま油 米菓(塩せん べい)	たまねぎ(りん蓋、生) チンゲンサイ (葉、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) バレンシアオレンジ	エネルギー: 465kcal タンパク: 12.9g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.8g
31 日								

※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