平成27年5月 献 立 表

大戸報徳保育園

日	曜	昼食	PMおやつ	AMおやつ	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		行事等
1	金	きのこスパゲティ ブロッコリーサラダ 野菜スープ グレープフルーツ	気になる野菜(ホワイトグレープキャベツ) せんべい	動物ビスケット ほうじ茶	ベーコン(ベーコン) かつお節	ビスケット(ソフト) マカロニ・スパゲッティ(乾) 無塩バター ドレッシングタイプ和風調味料 こむぎ(国産普通) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき, 生) ぶなしめじ(生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) グレープフルーツ(砂じょ	ｴﾈﾙｷﾞｰ：516kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：17.8g 脂質：13.5g	食塩相当量：1.8g	かぶと行列
2	土	ジャム＆マーガリン コーンーサラダ 牛乳200 いちご	りんごゼリー せんべい	ミルクプリン	普通牛乳	ゼリー(ミルク) ジャムパン 米菓(塩せんべい)	ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき, 生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) いちご(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：594kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.5g 脂質：16.5g	食塩相当量：1.7g	
3	日	憲法記念日								
4	月	みどりの日								
5	火	子どもの日								
6	水	振替休日								
7	木	きんぴらごぼう スクランブルエッグ えのき汁 オレンジ ご飯	ピーナツパン 牛乳	リンゴジュース せんべい	ぶた大型種. ロース(脂身つき, 生) さつま揚げ 鶏卵. 全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) ごま(いり) サフラワー油 黒砂糖 有塩バター 水稲穀粒(精白米) 食パン(市販品) らっかせい	にんじん(根、皮つき, 生) ごぼう(根、生) れんこん(根茎、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：671kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：23.6g 脂質：20.4g	食塩相当量：3g	
8	金	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 グレープフルーツ ご飯	クラッカー チーズ ジョア	バナナ	かつお節 鶏卵. 全卵(生) 若鶏. もも(皮つき, 焼き) 焼き竹輪 普通牛乳 いかなご(あめ煮)	そうめん. ひやむぎ(乾) プレミックス粉(てんぷら用) さつまいも(塊根、生) なたね油 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき, 生) グレープフルーツ(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：684kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：24g 脂質：15.5g	食塩相当量：2.2g	
9	土	ツナコーンサンド じゃが芋のソテー 牛乳200 バナナ	スポロン せんべい	卵ボーロ ほうじ茶	まぐろ類缶詰(油漬, フレーク, ライト) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) ロールパン マヨネーズ(全卵型) ミルクチョコレート 無塩バター じゃがいも(塊茎、生) 米菓	きゅうり(果実、生) レタス(結球葉、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) ぶなしめじ(生) エリンギ(生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：668kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19.9g 脂質：22.5g	食塩相当量：2.1g	
10	日									
11	月	コーンシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 オレンジ ご飯	手作りヨーグルト おつまみ昆布	みかんジュース せんべい	成鶏. むね(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳 脱脂粉乳	米菓(塩せんべい) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖)	うんしゅうみかん果実飲料(濃縮還元ジュース) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき, 生) ブロッコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂	ｴﾈﾙｷﾞｰ：501kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：21.8g 脂質：8.8g	食塩相当量：2.1g	
12	火	さわらの照り焼き 土佐和え 豆麩汁 グレープフルーツ ご飯	スポロン せんべい	バナナ	さわら(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	なたね油 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) ほうれんそう(葉、生) 乾燥わかめ(素干し) 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) こまつな(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) グレープフルーツ	ｴﾈﾙｷﾞｰ：434kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.6g 脂質：6g	食塩相当量：2.4g	
13	水	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ バナナ ご飯	フレンチトースト 牛乳	動物ビスケット ほうじ茶	ぶた大型種. ロース(脂身つき, 生) ベーコン(ロース) 鶏卵. 全卵(生) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) ごま(乾) ビーフン でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 食パン(市販品) 車糖(三温	にんじん(根、皮つき, 生) キャベツ(結球葉、生) きくらげ(乾) 大豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) わかめ(原藻、生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：603kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：21.8g 脂質：23.3g	食塩相当量：1.1g	
14	木	五目納豆 さつまいもの甘煮 若布汁 オレンジ ご飯	ビスコ 牛乳	プリン	焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	さつまいも(塊根、生) 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき, 生) 乾燥わかめ(素干し) たまねぎ(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：541kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.8g 脂質：16.7g	食塩相当量：2.1g	
15	金	ちゃんぽんうどん 笹かま揚げ 塩昆布漬け バナナ ご飯	よもぎ団子 牛乳	スポロン せんべい	ぶた大型種. かたロース(脂身つき、生) 蒸しかまぼこ きな粉(脱皮大豆) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) サフラワー油 プレミックス粉(てんぷら用) 水稲穀粒(精白米) 上新粉 甘納豆	根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき, 生) はくさい(結球葉、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布 きゅうり(果実、生) バナナ(生) よもぎ(葉、ゆで)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：609kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.1g 脂質：11.7g	食塩相当量：1.4g	よもぎ団子作り
16	土	チョコサンド ごぼうサラダ 牛乳 バナナ	ももゼリー せんべい	ほうじ茶 クラッカー	若鶏. ささ身(生) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) 食パン(市販品) ミルクチョコレート 車糖(三温糖) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せ	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき, 生) ごぼう(根、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：700kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.8g 脂質：19.2g	食塩相当量：2.1g	
17	日									
18	月	ささ身揚げ 三色和え ワンタンスープ オレンジ ご飯	手作りヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	若鶏. ささ身(生) ぶた. ひき肉、生 脱脂粉乳 いかなご(あめ煮)	米菓(塩せんべい) プレミックス粉(てんぷら用) サフラワー油 しゅうまいの皮 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラ	こまつな(葉、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) たまねぎ(りん茎、生) チンゲンサイ(葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：463kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19.6g 脂質：8.9g	食塩相当量：1.1g	
19	火	焼き魚 スパゲティサラダ なめこ汁 バナナ ご飯	せんべい 野菜生活	手作りヨーグルト	脱脂粉乳 べにざけ(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	ざらめ糖(グラニュー糖) 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) 米菓(塩せんべい)	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) きゅうり(果実、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：478kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：23.4g 脂質：6.9g	食塩相当量：1.1g	花だん作り
20	水	蒸し団子 温野菜 若布汁 グレープフルーツ ご飯	セサミパン 牛乳	バナナ	ぶた. ひき肉、生 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	水稲穀粒(精白米) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) クリームパン ごま(いり)	バナナ(生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき, 生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル) 乾燥わかめ(素干し) グレー	ｴﾈﾙｷﾞｰ：547kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.2g 脂質：14.8g	食塩相当量：1.7g	
21	木	ひじきの煮物 厚焼き卵 すまし汁 スイーティー ご飯	お好み焼き 牛乳	りんごゼリー	ぶた大型種. ロース(脂身つき, 生) さつま揚げ 鶏卵. 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 グラタン(えび, 冷凍) ベーコ	車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき, 生) ごぼう(根、生) わかめ(原藻、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ぶなしめじ(生) グレープフルーツ(砂じょう、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶	ｴﾈﾙｷﾞｰ：492kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.5g 脂質：14.1g	食塩相当量：1.7g	
22	金	竹の子ご飯 松風焼き えのき汁 青菜和え バナナ	アイス	スポロン せんべい	かつお節 ぶた. ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵. 全卵(生) 豆みそ 削り節	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) ラクトアイス(普通脂肪)	たけのこ(ゆで) にんじん(根、皮つき, 生) たまねぎ(りん茎、生) えのきたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) こまつな(葉、生) ブラックマッペもやし(生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：738kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：31.9g 脂質：25.7g	食塩相当量：2.4g	お誕生会
23	土	合同遠足								合同遠足
24	日									
25	月	チキンカレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	手作りヨーグルト おつまみ昆布	みかんジュース せんべい	成鶏. むね(皮つき、生) いかなご(生) 普通牛乳 脱脂粉乳	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) なたね油 黒砂糖 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖)	うんしゅうみかん果実飲料(濃縮還元ジュース) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき, 生) キウィフルーツ(生) 刻み昆布	ｴﾈﾙｷﾞｰ：503kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19.2g 脂質：11.2g	食塩相当量：2.2g	
26	火	カレイの煮物 ポテトサラダ なめこ汁 バナナ ご飯	ムーンライト 牛乳	手作りヨーグルト	脱脂粉乳 まがれい(生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(エダム) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛	ざらめ糖(グラニュー糖) 車糖(三温糖) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ビスケット	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) きゅうり(果実、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：525kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：25.6g 脂質：14.5g	食塩相当量：1.2g	
27	水	ヒレカツ ボイル野菜 えのき汁 金時豆 オレンジ	あんバターパン 牛乳	バナナ	ぶた大型種. ヒレ(赤肉、生) 鶏卵. 全卵(生) 豆みそ 削り節 ささげ(全粒, 乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラワー油 車糖(三温糖) あんパン 無塩バター	バナナ(生) 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(ホールカーネルスタイル) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ(砂	ｴﾈﾙｷﾞｰ：451kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：22.7g 脂質：13.9g	食塩相当量：3.1g	
28	木	マーボー豆腐 花型卵 なめこ汁 ゴールデンキウイ ご飯	ミルクプリン せんべい	ほうじ茶 ビスコ	ぶた. ひき肉、生 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 鶏卵. 全卵(生) かつお節	ビスケット(ソフト) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) ゼリー(ミルク) 米菓(塩せんべい)	にら(葉、生) にんじん(根、皮つき, 生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) 生しいたけ(生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) キウィフルーツ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：489kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：17.4g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.2g	
29	金	焼きそば ウインナー 野菜スープ グレープフルーツ ご飯	おにぎり ジョア	せんべい フルーツジュース	ぶた大型種. かた(脂身つき、生) ソーセージ(ウインナー) ベーコン(ベーコン)	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん 水稲穀粒(精白米)	あおさ(素干し) たまねぎ(りん茎、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき, 生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) グレープフルーツ(砂じょう、生) 乾	ｴﾈﾙｷﾞｰ：642kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.2g 脂質：10.7g	食塩相当量：2.5g	
30	土	甘バターサンド 中華ソテー 牛乳 バナナ	スポロン せんべい	ほうじ茶 卵ボーロ	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 緑豆はるさめ(乾) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき, 生) キャベツ(結球葉、生) バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：597kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.1g 脂質：18.8g	食塩相当量：1.6g	
31	日									

給食MEMO　　AMおやつとご飯は未満児さんのみです。