



平成31年2月 献立表



3歳未満児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

| 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 | カや体温のもとになる | 体の調子を整える | | | |
| 1 金 | せんべい ヤクルト | おに★スパバーグ 三色和え 牛乳 みかん ご飯 | 恵方巻 野菜生活 | ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) ソーセージ(ウインナー) ナチュラルチーズ(パルメザン) 普通牛乳、かに風味かまぼこ | 米菓(塩せんべい) マカロニスパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) パン粉(乾燥) スナック(コーンスナック) 水稲穀粒(精白米) | たまねぎ トマト缶詰 さやいんげん にんじん スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう うんしゅうみかん あまのり きゅうり 乾燥わかめ | エネルギー: 599kcal タンパク: 26.4g 脂質: 17.6g | 食塩相当量: 2.1g 豆まき | |
| 2 土 | 玉子ボーロ ほうじ茶 | ポテトサンド とろりんスープ 牛乳 オレンジ | バナナ | ハム(ロース) 鶏卵、全卵(生) かに風味かまぼこ 普通牛乳 | ボーロ(衛生ボーロ) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) ロールパン パター 5 コッチ でん粉(じゃがいもでん粉) | にんじん スイートコーン きゅうり たまねぎ わかめ ぶなしめじ バレンシアオレンジ パナナ | エネルギー: 564kcal タンパク: 15.2g 脂質: 19.4g | | |
| 3 日 | | | | | | | | | 節分 |
| 4 月 | せんべい ぶどうジュース | ブロッコリーカレー 小女子 牛乳 スイーティー ご飯 | ソファール(プレーン) クラッカー | ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) いかご(生) 普通牛乳 | 米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) なたね油 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ) | ぶなしめじ(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) グレープフルーツ | エネルギー: 593kcal タンパク: 18.2g 脂質: 14.4g | 食塩相当量: 1.5g | |
| 5 火 | 動物ビスケット 牛乳 | 焼肉 ビーフンソテー 若布汁 みかん ご飯 | せんべい スポロン | 普通牛乳 ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) 納ごし豆腐、米みそ(甘みそ) かつお節 | ビスケット(ソフト) ごま(乾) ビーフン なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい) | にんじん 青ピーマン 大豆もやし(生) きくらげ(乾) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん | エネルギー: 634kcal タンパク: 22.3g 脂質: 20.2g | 食塩相当量: 2.4g | |
| 6 水 | バナナ | 鶏肉のパベキューソース ゴマ和え ニラ玉汁 りんご ご飯 | 手作りラスク 牛乳 | 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節、米みそ(甘みそ) 普通牛乳 | 黒砂糖 ごま(いり) 車糖(三温糖) 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) たまねぎ りんご レモン(果汁、生) にんにくしょうが ほうれんそう にんじん 大豆もやし(生) にはら | エネルギー: 529kcal タンパク: 18.7g 脂質: 17.1g | 食塩相当量: 1.3g | |
| 7 木 | せんべい ヤクルト | 五日昆布煮 ほうれん草のキッシュ きゃべつ汁 バナナ ご飯 | ビスケット 牛乳 | ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) さつま揚げ プロセスチーズ 鶏卵、全卵(生) ベーコン 納ごし豆腐、かつお節、米みそ(甘みそ) 普通牛乳 | 米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト) | ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つき、生) まこんぶ(素干し) ほうれんそう キヤベツ 根深ねぎ バナナ(生) | エネルギー: 568kcal タンパク: 18g 脂質: 17.9g | 食塩相当量: 2.2g | |
| 8 金 | ほうじ茶 | 焼きそば 鶏のから揚げ ポテトのチーズ 手作りクッキー スポンジ フルーツ | せんべい ジョア | ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) プロセスチーズ ベーコン(ベーコン) 鶏卵、全卵(生) | 蒸し中華めん、なたね油 薄力粉(1等) でん粉(じゃがいもでん粉) じゃがいも(塊茎、生) 無塩バター 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい) | キャベツ 大豆もやし あおさしょうが にんにく スイートコーン いちご(生) | エネルギー: 748kcal タンパク: 26.5g 脂質: 27g | 食塩相当量: 1.1g お店屋さん ごっこ | |
| 9 土 | せんべい ほうじ茶 | ソフトフランス (あんバターパン) 牛乳 みかん | | 普通牛乳 | 米菓(塩せんべい) あんパン 無塩バター | うんしゅうみかん・しょうのう(早生、生) | エネルギー: 242kcal タンパク: 7.1g 脂質: 7.5g | 食塩相当量: 0.5g 午前保育 | |
| 10 日 | | | | | | | | | |
| 11 月 | 建国記念の日 | | | | | | | | |
| 12 火 | りんごゼリー | 焼き魚 スパゲティサラダ うち豆汁 りんご ご飯 | 焼き芋 牛乳 | べにざげ(生) まぐろ類缶詰(油漬、フレック、ホワイト) 黄だいず(国産、乾) 豆みそ 削り節 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) さつまいも(塊根、皮むき、生) | にんじん、スイートコーン きゅうり(果実、生) だいこん(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生) | エネルギー: 571kcal タンパク: 22.4g 脂質: 14.3g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 13 水 | バナナ | ホワイトシチュー ちくわと厚揚げの 煮物 牛乳 オレンジ ご飯 | クリームパン 気にな野菜 | 若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳 | マカロニ・スパゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) クリームパン | バナナ(生) スイートコーン たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) バレンシアオレンジ ぶどう(濃縮還元ジュース) | エネルギー: 553kcal タンパク: 18.9g 脂質: 14.1g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 14 木 | みかん ほうじ茶 | 切干大根と里芋の煮物 スクランブルエッグ 白菜汁 いちご ご飯 | チョコレートケーキ 牛乳 | 若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳 | しらたき さといも(球茎、生) 車糖(三温糖) 有塩バター 焼きふ(親世ふ) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 ミルクチョコレート | うんしゅうみかん 切干しだいこん(乾) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生) バナナ(生) | エネルギー: 599kcal タンパク: 21g 脂質: 18.9g | 食塩相当量: 1.3g | |
| 15 金 | 元気ヨーグルト | 和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 いよかん | せんべい ヤクルト400 | ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 普通牛乳 | マカロニ・スパゲッティ(乾) 有塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) なたね油 米菓(塩せんべい) | たまねぎ にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) ぶなしめじ(生) あまのり(焼きのり) いよかん | エネルギー: 529kcal タンパク: 25.3g 脂質: 16.1g | 食塩相当量: 1.5g | |



平成31年2月 献立表



3歳未満児



面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園

| 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 | カや体温のもとになる | 体の調子を整える | | | |
| 16 土 | せんべい ヤクルト | ミルクリッチ みかん | きのこソテー 牛乳 バナナ | ベーコン(ベーコン) 普通牛乳 | 米菓(塩せんべい) クリーム パン 無塩バター | ほうれんそう たまねぎ にん じん(根、皮つき、生) ぶなし じめ(生) エリンギ(生) えの きたけ(生) うんしゅうみかん バナナ(生) | エネルギー: 500kcal タンパク: 14.5g 脂質: 16.5g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 17 日 | | | | | | | | | |
| 18 月 | せんべい 牛乳 | さばの味噌煮 豆まめサラダ つ汁 りんご ご飯 | フルーツヨーグルト クラッカー | 普通牛乳 まさば(生) 米みそ (甘みそ) 黄だいず(国産、ゆ で) ハム(ロース) 絹ごし豆 腐 かつお節 ヨーグルト(全 脂無糖) | 米菓(塩せんべい) 車糖(三 温糖) 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) ざらめ糖 (グラニュー糖) | しょうが きゅうり にんじん さ やいんげん 日本かぼちゃ キャベツ 根深ねぎ りんご なつみかん(缶詰) もも(缶 詰、白肉種、果実) | エネルギー: 614kcal タンパク: 23.4g 脂質: 18.4g | 食塩相当量: 1.6g | |
| 19 火 | バナナ | ピラフのホワイトソースかけ 照り焼きチキン こふきいも 牛乳 みかん | デコレーションプリン | 普通牛乳 くるまえび(養殖、 ゆで) 若鶏、もも(皮つき、生) ホイップクリーム(乳脂肪) | 水稲穀粒(精白米) 無塩バ ター 薄力粉(1等) じゃがい も(塊茎、生) ミルクチョコレ ート | バナナ(生) にんじん たまね ぎ マッシュルーム ほうれん そう しょうが にんにく うん しゅうみかん いちご(生) | エネルギー: 598kcal タンパク: 20.5g 脂質: 21.9g | 食塩相当量: 0.9g | お誕生会 |
| 20 水 | ソファール | 豚肉の野菜巻き マカロニサラダ うち豆汁 オレンジ ご飯 | ワッフル 牛乳 | ぶた中型種、かたロース(赤 肉、生) ハム(ロース) 黄だ いず(国産、乾) 豆みそ 削り 節 普通牛乳 | じゃがいも(塊茎、生) 車糖 (三温糖) マカロニ マヨネ ーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白 米) ワッフル(カスタードクリ ーム入り) | にんじん さやいんげん きゅ うり スイートコーン だいこん 根深ねぎ バレンシアオレンジ | エネルギー: 576kcal タンパク: 26.5g 脂質: 17.1g | 食塩相当量: 1.5g | |
| 21 木 | せんべい ヤクルト | 五目納豆 さつまいものバター煮 野菜生活 バナナ ご飯 | ビスコ 牛乳 | 糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵、 全卵(生) プロセスチーズ 普 通牛乳 | 米菓(塩せんべい) さつまいも (塊根、皮むき、生) 有塩バ ター 車糖(三温糖) 水稲穀 粒(精白米) ビスケット(ソフ ト) | にんじん(根、皮つき、生) 根 深ねぎ(葉、軟白、生) バナ ナ(生) | エネルギー: 558kcal タンパク: 15.6g 脂質: 15.1g | 食塩相当量: 1.3g | |
| 22 金 | みかん ほうじ茶 | 卵とじそうめん ふろふき大根 牛乳 いちご | チーズおにぎり ジョア | かつお節 鶏卵、全卵(生) 若 鶏、もも(皮つき、焼き) 米み そ(甘みそ) 普通牛乳 プロセ スチーズ | そうめん、ひやむぎ(乾) 車糖 (三温糖) 水稲穀粒(精白米) | うんしゅうみかん 根深ねぎ たまねぎ にんじん だいこん まこんぶ いちご(生) 乾燥わ かめ(素干し) | エネルギー: 577kcal タンパク: 24.5g 脂質: 12.4g | 食塩相当量: 2.5g | |
| 23 土 | クラッカー スポロン | ピーナツサンド ポルシチ 牛乳 オレンジ | ぶどうゼリー せんべい | ぶた中型種、かた(脂身つき、 生) 普通牛乳 | クラッカー(ソーダ) 食パン らっかせい(ピーナツバター) じゃがいも(塊茎、生) なたね 油 米菓(塩せんべい) | にんじん キャベツ トマト缶詰 にんにく たまねぎ バレンシ アオレンジ | エネルギー: 578kcal タンパク: 18.1g 脂質: 14.9g | 食塩相当量: 1.9g | |
| 24 日 | | | | | | | | | |
| 25 月 | せんべい 牛乳 | 鶏肉のオレンジ煮 ごぼうサラダ 豆乳スープ グレープフルーツ ご飯 | ソファール クラッカー | 普通牛乳 若鶏、もも(皮つき、 生) ハム(ロース) ベーコン (ベーコン) | 米菓(塩せんべい) 無塩バ ター ドレッシングタイプ和風調 味料 じゃがいも(塊茎、生) 水稲穀粒(精白米) クラッカー (ソーダ) | バレンシアオレンジ きゅうり にんじん ごぼう スイートコー ン たまねぎ ブロccoli グ レープフルーツ | エネルギー: 620kcal タンパク: 25g 脂質: 20.5g | 食塩相当量: 2.5g | |
| 26 火 | バナナ | ミートボール 温野菜 ニラ玉汁 いちご ご飯 | 手作りプリン | ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵 (生) かつお節 米みそ(甘み そ) 普通牛乳 クリーム(植物 性脂肪) 鶏卵、卵黄(生) ゼ ラチン | パン粉(生) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) な たね油 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) | バナナ(生) にんじん たまね ぎ ブロccoli キャベツ ス イートコーン いら(葉、生) い ちご(生) | エネルギー: 548kcal タンパク: 19.7g 脂質: 24.1g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 27 水 | みかん ほうじ茶 | さわらの照り焼き かぼちゃサラダ うち豆汁 グレープフルーツ ご飯 | ツナコーンサンド 牛乳 | さわら(生) ハム(ロース) 黄 だいず(国産、乾) 豆みそ 削 り節 まぐろ類缶詰(油漬、フ レーク、ライト) 普通牛乳 | なたね油 マヨネーズ(全卵 型) 水稲穀粒(精白米) ロー ルパン | うんしゅうみかん 日本かぼ ちゃ にんじん きゅうり ス イートコーン だいこん 根深 ねぎ グレープフルーツ | エネルギー: 566kcal タンパク: 24.6g 脂質: 21.8g | 食塩相当量: 1.9g | |
| 28 木 | 元気ヨーグルト | じゃがいも入り酢豚 花型卵 バナナ ご飯 | クラッカー チーズ 牛乳 | ぶた大型種、かたロース(脂身 つき、生) 鶏卵、全卵(生) プ ロセスチーズ 普通牛乳 | じゃがいも(塊茎、生) なたね 油 車糖(三温糖) でん粉 (じゃがいもでん粉) ごま(乾) 焼き麩 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ) | たまねぎ(りん茎、生) にんじ ん 青ピーマン(果実、生) 乾 しいたけ(乾) しょうが(根茎、 生) 小松菜 バナナ(生) | エネルギー: 566kcal タンパク: 22.2g 脂質: 19.2g | 食塩相当量: 1.8g | |

材料の都合により献立を変更する場合があります