



平成30年4月 献立表



3歳未満児



日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事等
	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		
2月	ビスケット 牛乳	ご飯 さばの味噌煮 マカロニサラダ 若布汁 いちご	りんごゼリー せんべい 菓子袋	普通牛乳 まさば(生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) 納ごし豆腐 かつお節	ビスケット(ソフト) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) マカロニスバゲッティ(乾) モノネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい) ミルクチョコレート スナック カステラ	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん スイートコーン たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー: 889kcal たんぱく: 26.2g 脂質: 31.5g	食塩相当量: 2.5g
3火	アスパラガス 牛乳	五目納豆 さつまいもの甘煮 きゃべつ汁 オレンジ ご飯	飲むヨーグルト せんべい	普通牛乳 系引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ 納ごし豆腐 かつお節 米みそ ヨーグルト(ドリンクタイプ)	米菓(塩せんべい) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、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: 497kcal たんぱく: 19.7g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 1.9g
4水	バナナ	焼きそば ウインナー 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	ふた大型種 かつお節(脂身つき、生) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	蒸し中華めん なたね油 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) 青ピーマン(果実、生) 大豆もやし(生) にんじん(根、皮つき、生) あおさ(素干し) グレープフルーツ	エネルギー: 375kcal たんぱく: 12.5g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 1.5g
5木	せんべい ヤクルト	ふわふわ鶏から揚げ 青菜和え なめこ汁 バナナ ご飯	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 牛乳	鶏肉 ひと肉(生) 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) サフラワー油(ハイオレリック) 水稲穀粒(精白米) コッパン(生) 大豆もやし(生) スイートコーン ソフトタイプマーガリン	しょうが(根茎、生) にんじくりん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 大豆もやし(生) スイートコーン なめこ(水煮缶詰) 根深ねぎ(生)	エネルギー: 628kcal たんぱく: 23.1g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 2.1g
6金	ヨーグルト	切干大根の煮物 花型卵 えのき汁 はっさく ご飯	カップケーキ 牛乳	さつま揚げ 若鶏 もも(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵 全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、生) 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 無塩バター ミルクチョコレート	切干しだいこん(乾) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ 乾燥わかめ(素干し) はっさく(砂じょう、生)	エネルギー: 624kcal たんぱく: 22.6g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 2.4g
7土	玉子ボーロ ほうじ茶	クリームサンド コロコロスープ 牛乳 オレンジ	ビスケット 野菜生活	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、生) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじくりん茎、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 435kcal たんぱく: 13.1g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.7g
8日								
9月	せんべい リンゴジュース	ポークカレー 小女子 牛乳 バナナ ご飯	ソファール(ブレーン) 干し芋	ふた大型種 かつお節(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳	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) さつまいも(蒸し切干)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) バナナ(生)	エネルギー: 564kcal たんぱく: 16g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.5g
10火	ビスコ 牛乳	焼肉 ビーフンソテー 若布汁 グレープフルーツ 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) 木綿豆腐 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) フルーツ	にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) 大豆もやし(生) きくらげ(乾) キャベツ たまねぎ 乾燥わかめ(素干し) グレープフルーツ	エネルギー: 560kcal たんぱく: 21.9g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 2.2g
11水	バナナ	たらの磯辺揚げ 三色和え かき玉汁 いちご ご飯	ミルクリッチ 牛乳	まだら(生) 鶏卵 全卵(生) 納ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	なたね油 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) あおさ(素干し) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン 缶詰 大豆もやし(生) ほうれんそう たまねぎ いちご(生)	エネルギー: 471kcal たんぱく: 21g 脂質: 14g	食塩相当量: 1.5g
12木	せんべい ヤクルト	筑前煮 ス克蘭ブルエッグ 小松菜汁 オレンジ ご飯	ホットケーキ 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	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 黒砂糖 有塩バター 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 メールシロップ 無塩バター ミルクチョコレート	ごぼう(根、生) たけのこ(生) にんじん さやいんげん(若さや、生) 乾しいたけ(乾) こまつな(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) バレンシアオレンジ	エネルギー: 543kcal たんぱく: 17.8g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.3g
13金	プリン	アスパラとトマトのスバゲッティ レバーの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ジョア	ベーコン(ベーコン) ナチュラルチーズ(バルメザン) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳	マカロニスバゲッティ(乾) 小麦粉(じゃがいもでん粉) 黒砂糖 なたね油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) アスパラガス(若茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) トマト缶詰 グレープフルーツ	エネルギー: 624kcal たんぱく: 23.7g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 2.7g
14土	玉子ボーロ ほうじ茶	あらびきウインナーパン 春雨サラダ ラックミー(バナナ) いちご	バナナ	ソーセージ(ウインナー) ハム(ロース)	ポーロ(衛生ポーロ) ローランドパン ミルクチョコレート 緑豆(はるさめ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料)	たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン いちご(生) バナナ(生)	エネルギー: 638kcal たんぱく: 18g 脂質: 17.6g	食塩相当量: 1.2g
15日								
16月	せんべい ぶどうジュース	春キャベツシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 グレープフルーツ ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	若鶏 もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) クラッカー(ソーダ)	スイートコーン たまねぎ(りん茎、生) にんじん キャベツ グレープフルーツ なつみかん(缶詰) もも バナナ(生)	エネルギー: 518kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 9.8g	食塩相当量: 1.2g