



平成30年6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	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 金	クラッカー フルーツジュース	冷やしうどん 照り焼きチキン 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	かつお節 まぐろ類缶詰 若鶏 もも(皮つき、生) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) うどん (ゆで) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	大豆もやし トマト きゅうり レタス しょうが にんにく バナナ	エネルギー: 508kcal タンパク: 17.6g 脂質: 16.5g	食塩相当量: 1.5g
2 土	せんべい スポロン	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ミートソースグラタン 牛乳 ゴールデン キウイ	バナナ	ぶた、ひき肉(生) ナチュラル チーズ(パルメザン) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) マカロニ・スパゲッティ	たまねぎ にんじん トマト 缶詰 キウイフルーツ バナナ (生)	エネルギー: 491kcal タンパク: 15g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 1.6g
3 日								
4 月	ビスケット 牛乳	さばの味噌煮 マカロニサラダ きゃべつ汁 グレープフルーツ ご飯	フルーツヨーグルト せんべい	普通牛乳 まさば 米みそ (甘みそ) ハム 絹ごし豆腐 かつお節 ヨーグルト	米菓 車糖(三温糖) マカロニ マヨネーズ(全卵型) 水稲 穀粒(精白米) ざらめ糖 ビス ケット	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 キャベツ 根深ねぎ グレープフルーツ なつみかん もも バナナ(生)	エネルギー: 537kcal タンパク: 21.7g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.6g
5 火	バナナ	煮込みハンバーグ 温野菜 えの き汁 さくらんぼ ご飯	ビスコ 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐 (乾) 鶏卵、全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	車糖(三温糖) じゃがいも (塊茎、生) 水稲穀粒(精 白米) ビスケット(ソフト)	バナナ(生) にんじん たまね ぎ トマト缶詰 ブロッコリー スイートコーン缶詰 えのきた け 乾燥わかめ さくらんぼ	エネルギー: 508kcal タンパク: 24.1g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 2.2g
6 水	ヨーグルト	スタミナカレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい ぶどうジュース	ぶた大型種、かた(脂身つ き、生) いかなご(生) 普通 牛乳	じゃがいも 車糖 ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓 (塩せんべい)	にんじん たまねぎ さやい んげん にんにく しょうが キウイフルーツ	エネルギー: 516kcal タンパク: 16.2g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.6g
7 木	せんべい ヤクルト	五目昆布煮 ス克蘭ブルエッグ 小松菜汁 バナナ ご飯	フレンチトースト 牛乳	ぶた大型種、ロース さつま 揚げ 鶏卵、全卵 かつお 節 米みそ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖 黒 砂糖 有塩バター 焼きふ、水 稲穀粒(精白米) 食パン 無 塩バター ムールシロップ	ごぼう にんじん まこんぶ ごまつな たまねぎ バナナ	エネルギー: 575kcal タンパク: 18.7g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 2.2g
8 金	クラッカー スポロン	焼きそば ウィンナー 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	ぶた大型種、かた(脂身つ き、生) ソーセージ(ウィン ナー) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) 蒸し中 華めん なたね油 米菓(塩 せんべい)	キャベツ たまねぎ 青ピーマ ン 大豆もやし にんじん あ おさ グレープフルーツ	エネルギー: 519kcal タンパク: 16.6g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 1.6g
9 土	玉子ボーロ ほうじ茶	ツナコーンサンド ところてんサ ラダ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレ ク、ライト) ハム(ロース) 普通牛乳	ポーロ ロールパン マヨネ ーズ(全卵型) ミルクチョコレ ードレッシングタイプ和風調味 料 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰 レタス に んじん スイートコーン きゅう り てんぐさ(ところてん) パ レンシアオレンジ	エネルギー: 519kcal タンパク: 15.2g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.5g
10 日								時の記念日
11 月	せんべい 牛乳	焼き魚 和風ポテトサラダ 若布汁 さくらんぼ ご飯	飲むヨーグルト 干し芋	普通牛乳 べにざけ 焼き竹 輪 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 ヨーグル ト	米菓(塩せんべい) じゃがい も(塊茎、生) マヨネーズ(全 卵型) 水稲穀粒(精白米) さ つまいも(蒸し切り)	きゅうり にんじん 塩昆布 ス イートコーン缶詰 たまね ぎ 乾燥わかめ さくらんぼ	エネルギー: 518kcal タンパク: 24.8g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 2.4g
12 火	ぶどうゼリー	ブロッコリーシチュー ちくわの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい ジョア	成鶏 もも(皮つき、生) 焼 き竹輪 凍り豆腐(乾) 普通 牛乳	じゃがいも なたね油 板こ んにやく 黒砂糖 水稲穀 粒(精白米) 米菓	スイートコーン缶詰 たまね ぎ にんじん ブロッコリー キウイフルーツ	エネルギー: 555kcal タンパク: 21.8g 脂質: 11.7g	食塩相当量: 1g
13 水	バナナ	焼肉 ビーフンソテー ニラ玉汁 グレープフルーツ ご飯	ミルクリッチ 牛乳	ぶた大型種、ロース パー コン 鶏卵、全卵 かつお節 米みそ 普通牛乳	ごま(乾) ビーフン なたね 油 水稲穀粒(精白米) ク リームパン	バナナ にんじん 青ピーマ ン 大豆もやし きくらげ いら たまねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 528kcal タンパク: 21.9g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 1.5g
14 木	せんべい ヤクルト	じゃがいも入り酢豚 花型卵 絹さや汁 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 鶏 卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 米 みそ かつお節 プロセスチ ーズ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) じゃがい も なたね油 車糖(三温糖) でん粉 ごま(乾) 水稲穀粒 (精白米) クラッカー	たまねぎ にんじん 青ピー マン 乾しいたけ しょうが さやえんどう バナナ	エネルギー: 562kcal タンパク: 19.8g 脂質: 17.8g	食塩相当量: 2g
15 金	ビスケット ほうじ茶	豚丼 小松菜和え まいたけ汁 フルーツ盛り合わせ	デコレーション ケーキ 牛乳	ぶた大型種、ロース 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ ホイツ プクリーム 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) しらたき 車糖(三温糖) 水稲穀粒 (精白米) プレミックス粉 ミルクチョコレート	たまねぎ ごまつな にんじん えのきたけ まいたけ 根深ね ぎ さくらんぼ パレンシアオ レンジ	エネルギー: 761kcal タンパク: 24.8g 脂質: 24.3g	食塩相当量: 1.5g
16 土	プリン	ソフトフランスピーナツパン ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	せんべい 気にな野菜	ベーコン(ベーコン) 普通牛 乳	コッパン ちっかせい じゃがいも 無塩バター 米 菓(塩せんべい)	ぶなしめじ(生) スイートコー ン缶詰 たまねぎ パレンシア オレンジ ぶどう(濃縮還元 ジュース)	エネルギー: 528kcal タンパク: 14.6g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.4g

お誕生会



平成30年6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	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
17日									
18月	ビスケット 牛乳	赤魚の煮付け マセドアンサラダ 小松菜汁 バナナ ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	普通牛乳 あこうだい(生) ハム かつお節 みみそ(甘 みそ) ヨーグルト	ビスケット(ソフト) 車糖(三温 糖) さつまいも マヨネーズ 焼きふ 水稲穀粒(精白米) さらめ糖 クラッカー	きゅうり にんじん スイート コーン缶詰 こまつな たまね ぎ バナナ なつみかん もも	エネルギー: 599kcal タンパク: 20.8g 脂質: 16.9g	食塩相当量: 1.9g	
19火	バナナ	つくねの磯辺焼き 春雨サラダ 絹さや汁 グレープフルーツ ご飯	じゃがいものチーズ 焼き 牛乳	鶏肉 ひき肉 みみそ 鶏卵 全卵(生) ハム 絹ごし豆腐 かつお節 ベーコン プロセス チーズ 普通牛乳	パン粉(乾燥) でん粉 緑豆 はるさめ(乾) ドレッシング タイプ和風調味料 水稲穀粒 (精白米) じゃがいも	バナナ しょうが たまねぎ あ まのり きゅうり にんじん ス イートコーン さやえんどう グ レープフルーツ にんじん	エネルギー: 505kcal タンパク: 22.3g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 3.7g	
20水	せんべい ヤクルト	笹かま揚げ ゴマ和え 豚汁 さくらんぼ ご飯	ソフトフランスあん バターパン 牛乳	蒸しかまぼこ ぶた大型種 かん たろース 油揚げ みみそ かつ お節 普通牛乳	米菓 プレミックス粉 なたね 油 ごま(いり) 黒砂糖 さと いも 板こんにやく 水稲穀粒 (精白米) あんぱん 無塩バ ター	ほうれんそう にんじん 大 豆もやし ごぼう 根深ねぎ だいこん さくらんぼ	エネルギー: 514kcal タンパク: 15.9g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 1.6g	
21木	元気ヨーグルト	五目納豆 さつまいもの甘煮 きゃべつ汁 ゴールデンキウイ ご飯	アイス	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ 絹 ごし豆腐 かつお節 みみそ	さつまいも 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ラクト アイス(普通脂肪)	にんじん 根深ねぎ キャ ベツ キウイフルーツ	エネルギー: 531kcal タンパク: 16.6g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 1.5g	
22金	ビスコ ほうじ茶	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 グレープフルーツ	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	ビスケット(ソフト) マカロニ・ スパゲティ(乾) 有塩バター でん粉 黒砂糖 なたね油 米 菓(塩せんべい)	たまねぎ にんじん 青ピー マン ぶなしめじ あまのり グレープフルーツ	エネルギー: 591kcal タンパク: 26.4g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.4g	
23土	アスパラガス スポロン	チョコサンド 春雨とひき肉のソ テー 牛乳 オレンジ	ビスケット 野菜生活	ぶた ひき肉(生) 普通牛 乳	米菓(塩せんべい) 食パン ミ ルクチョコレート 緑豆はるさ め(乾) ごま油 ビスケット(ソ フト)	にんじん チンゲンサイ き くらげ(乾) バレンシアオー レンジ	エネルギー: 502kcal タンパク: 13.5g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.4g	
24日									
25月	ビスコ 牛乳	豚肉とパプリカ炒め トマトキッシュ えのき汁 メロン ご飯	フルーツあんみつ 干し芋	普通牛乳 鶏卵 全卵 ベー コン プロセスチーズ 豆みそ 削り節 あずき クリーム	ビスケット(ソフト) ぶた中型 種 かん 黒砂糖 車糖(三温 糖) 水稲穀粒(精白米) さつ まいも	赤ピーマン 黄ピーマン 青ピーマン た まねぎ にんじん トマト えのきたけ 乾燥わかめ メロン さくらんぼ なつみ かん バナナ バインアップル	エネルギー: 544kcal タンパク: 16.7g 脂質: 20.7g	食塩相当量: 2.6g	
26火	せんべい 牛乳	蒸し団子 三色和え 若布汁 ゴールデンキウイ ご飯	アイス	普通牛乳 ぶた ひき肉 (生) 絹ごし豆腐 みみそ (甘みそ) かつお節	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒 (精白米) ごま油 でん粉 ラ クトアイス(普通脂肪)	しょうが たまねぎ 乾しいた げ にんじん スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう 乾 焼わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 612kcal タンパク: 17.8g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 1.8g	
27水	バナナ	カレイのマリネ 青菜和え なす汁 オレンジ ご飯	マドレーヌ 牛乳	まがれい(生) かつお節 みみそ(甘みそ) 普通牛乳	車糖(三温糖) でん粉 なた ね油 焼きふ 水稲穀粒(精白 米) ドーナツ(ケーキ)	バナナ 赤ピーマン 黄ピーマ ン たまねぎ ほうれんそう に んじん 大豆もやし スイート コーン缶詰 なす オレンジ	エネルギー: 516kcal タンパク: 18.3g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.6g	
28木	クラッカー ヤクルト	鶏肉のオレンジ煮 いんげんのゴマ和え イタリアンスープ バナナ ご飯	せんべい 牛乳	若鶏 もも(皮つき、生) ベー コン(ベーコン) 鶏卵 全卵 (生) ナチュラルチーズ かつ お節 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) 無塩バ ター ごま(いり) パン粉(乾 燥) 水稲穀粒(精白米) 米 菓(塩せんべい)	オレンジ(ストレートジュース) さやいんげん たまねぎ キャ ベツ にんじん バナナ	エネルギー: 563kcal タンパク: 21g 脂質: 18.8g	食塩相当量: 1.4g	
29金	せんべい ほうじ茶	豚おろしそうめん かぼちゃの甘煮 牛乳 グレープフルーツ	しらすおにぎり ジョア	ぶた大型種 かんたろース (赤肉、生) 普通牛乳 しら す干し(微乾燥品)	米菓(塩せんべい) そうめ ん ひやむぎ(乾) 黒砂糖 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精 白米) ごま(いり)	だいこん あまのり 日本か ぼちゃ グレープフルーツ 梅干し	エネルギー: 571kcal タンパク: 23.4g 脂質: 8.2g	食塩相当量: 2.4g	
30土	クラッカー スポロン	甘バターサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ	ぶどうゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 黄だ いず(水煮缶詰) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) クリ ムパン マカロニ・スパゲ ティ(乾) 米菓(塩せんべ い)	たまねぎ スイートコーン にんにく にんじん トマト缶 詰 バレンシアオレンジ	エネルギー: 529kcal タンパク: 15.6g 脂質: 14.3g	食塩相当量: 2.3g	