

令和元年5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 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	
	朝間	昼食	昼間						
7 火	玉子ボーロ 牛乳	照り焼きチキン 温野菜 絹さや汁 バナナ ご飯	ソファール せんべい	普通牛乳 若鶏、もも(皮つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節	ボーロ(衛生ボーロ) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが にんにく プロックリー にんじん キャベツ スイートコーン たまねぎ さやえんどう バナナ	エネルギー: 522kcal タンパク: 21g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.4g	
8 水	バナナ	白身魚のタルタルソース 切干大根サラダ まいたけ汁 オレンジ ご飯	揚げパン 牛乳	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) きな粉 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) 薄力粉(1等) なたね油 ドレッシング 水稲穀粒(精白米) コッパン 黒砂糖	バナナ(生) きゅうり 切干しだいこん(乾) まいたけ 根深ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 623kcal タンパク: 25.6g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 1.5g	
9 木	ぶどうゼリー	酢豚 半月卵 えのき汁 ゴールドンキウイ ご飯	お好み焼き 牛乳	ぶた大型種、かたローズ 鶏卵、全卵(生) 豆みそ 削り節 さくらえび、ベーコン プロセスチーズ 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) なたね油 車糖(三温糖) でん粉 ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ しょうが えのきたけ 乾燥わかめ キウイフルーツ キャベツ スイートコーン あおさ 大豆もやし	エネルギー: 564kcal タンパク: 20.9g 脂質: 19.8g	食塩相当量: 2.8g	
10 金	せんべい スポロン	焼きそば ウィンナー 牛乳 グレープフルーツ	牛乳寒天 せんべい	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	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん なたね油 ゼリー(ミルク)	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: 506kcal タンパク: 17.6g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.6g	
11 土									春の合同 遠足
12 日									
13 月	アスパラガス 牛乳	つくねの磯辺焼き 小松菜和え ニラ玉汁 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 鶏肉、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) パン粉(乾燥) でん粉 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖)	しょうが たまねぎ あまのり こまつな にんじん えのきたけ にはら グレープフルーツ なつみかん もも バナナ	エネルギー: 490kcal タンパク: 20.6g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 1.5g	
14 火	ビスケット ほうじ茶	竹の子ご飯 鶏のから揚げ アスパラサラダ 絹さや汁 ゴールドンキウイ	せんべい ジョア	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ローズ) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節	ビスケット(ソフト) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) なたね油 薄力粉(1等) でん粉 マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	たけのこ 乾しいたけ しょうが にんにく レタス にんじん アスパラガス きゅうり たまねぎ さやえんどう キウイフルーツ	エネルギー: 646kcal タンパク: 23.9g 脂質: 20.5g	食塩相当量: 1.8g	お誕生会
15 水	せんべい ヤクルト	五目納豆 さつまいものバター煮 えのき汁 オレンジ	ハムコーンチーズパン 牛乳	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 豆みそ 削り節 ハム(ローズ) 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) コッパン	にんじん 根深ねぎ えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ バレンシアオレンジ スイートコーン	エネルギー: 414kcal タンパク: 18.8g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 3g	
16 木	元気ヨーグルト	焼き魚 ごぼうサラダ 小松菜汁 バナナ ご飯	せんべい 牛乳	べにざけ(生) ハム(ローズ) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ドレッシングタイプ和風調味料 焼きふ(親世ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	きゅうり にんじん ごぼう スイートコーン こまつな たまねぎ バナナ	エネルギー: 478kcal タンパク: 23g 脂質: 8.8g	食塩相当量: 1.3g	
17 金	バナナ	アスパラクリームスパゲッティ レバーのケチャップ煮 牛乳 グレープフルーツ	ゼリーパフェ せんべい	普通牛乳 クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ベーコン(ベーコン) ぶた、肝臓(生)	マカロニ・スパゲッティ(乾) 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)	バナナ たまねぎ にんじん ふなしめじ アスパラガス グレープフルーツ	エネルギー: 568kcal タンパク: 20.2g 脂質: 22.9g	食塩相当量: 1.8g	
18 土	せんべい フルーツジュース	甘バターサンド チキンチャトラ 牛乳 オレンジ	バナナ	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) クリームパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 黒砂糖 オリーブ油	たまねぎ えのきたけ トマト加工品 にんにく バレンシアオレンジ バナナ	エネルギー: 568kcal タンパク: 18.3g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 2.8g	
19 日									

令和元年5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	食塩相当量	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			
20 月	玉子ボーロ 牛乳	焼肉 ビーフンソテー 絹さや汁 バナナ ご飯	ソファール せんべい	普通牛乳 ぶた大型種 ロース (脂身つき、生) ベーコン (ロース) 絹ごし豆腐 米みそ (甘みそ) かつお節	ボーロ(衛生ボーロ) 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 きくらげ たまねぎ さやえんどう バナナ	エネルギー: 586kcal タンパク: 24.2g 脂質: 16.9g	食塩相当量: 1.5g	
21 火	ビスケット ほうじ茶	ポークカレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	よもぎ団子 野菜生活	ぶた大型種、かたロース (脂身つき、生) いかなぎ (生) 普通牛乳 きな粉(脱 皮大豆、黄大豆)	ビスケット(ソフト) じゃがい も なたね油 車糖(三温 糖) ごま(乾) 水稲穀粒 (精白米) 上新粉	たまねぎ にんじん ふなし めじ キウイフルーツ よも ぎ	エネルギー: 760kcal タンパク: 23.1g 脂質: 23g	食塩相当量: 1.2g	よもぎ団子 パーティ
22 水	せんべい ヤクルト	さばの味噌煮 コールスローサラダ 若布汁 メロン ご飯	手作りラスク 牛乳	まさば(生) 米みそ(甘み そ) ハム(ロース) 絹ごし 豆腐 かつお節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖(三 温糖) マヨネーズ(全卵型) 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	しょうが キャベツ にんじ ん きゅうり スイートコーン たまねぎ 乾燥わかめ メロ ン	エネルギー: 601kcal タンパク: 23.1g 脂質: 20.5g	食塩相当量: 2.2g	
23 木	牛乳寒天	わかめうどん チキンサラダ 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	なると 鶏卵、全卵(生) か つお節 若鶏、ささ身(ゆで) 普通牛乳	ゼリー(ミルク) 干しうどん (乾) ドレッシング 米菓 (塩せんべい)	根深ねぎ わかめ レタス にんじん アスパラガス きゅうり グレープフルーツ	エネルギー: 405kcal タンパク: 17.4g 脂質: 9.5g	食塩相当量: 3g	
24 金	せんべい ぶどうジュース	切干大根の煮物 スクラブルエッグ きゃべつ汁 オレンジ ご飯	クラッカー 牛乳	なると 鶏卵、全卵(生) 絹 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) じゃがい も 車糖(三温糖) 有塩 バター 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	切干したいこん にんじん キャベツ 根深ねぎ バレン シアオレンジ	エネルギー: 506kcal タンパク: 17g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 1.6g	
25 土	元気ヨーグルト	ミルクリッチ ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	せんべい フルーツジュース	ベーコン(ベーコン) 普通 牛乳	クリームパン じゃがいも (塊茎、皮なし、生) 無塩 バター 米菓(塩せんべい)	スイートコーン たまねぎ(り ん茎、生) バレンシアアレ ンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 515kcal タンパク: 16.1g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.6g	
26 日									
27 月	せんべい スポロン	コーンチャウダー 春雨とひき肉のソテー 牛乳 メロン ご飯	飲むヨーグルト クラッカー	若鶏、もも(皮つき、生) ぶ た、ひき肉(生) 普通牛乳 ヨーグルト(ドリンクタイプ)	米菓(塩せんべい) じゃがい も 緑豆はるさめ(乾) ごま油 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲 料 クラッカー(ソーダ)	スイートコーン たまねぎ にんじん スイートコーン テンゲンサイ きくらげ メロ ン	エネルギー: 611kcal タンパク: 17.9g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 0.8g	
28 火	プリン	蒸し団子 キャベツ和え 若布汁 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 絹ごし 豆腐 米みそ(甘みそ) か つお節 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) 米菓(塩せんべい)	しょうが たまねぎ 乾しい たけ キャベツ にんじん スイートコーン 乾燥わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 588kcal タンパク: 20.8g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 1.8g	
29 水	せんべい ヤクルト	マグロの竜田揚げ 水菜サラダ 絹さや汁 オレンジ ご飯	メロンパン 牛乳	くろまぐろ(赤身、生) ハム (ロース) 絹ごし豆腐 米 みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) でん粉 なたね油 ドレッシングタイ プ和風調味料 水稲穀粒 (精白米) クリームパン	にんにく しょうが にんじん きゅうり 大豆もやし みず な たまねぎ さやえんどう バレンシアオレンジ	エネルギー: 543kcal タンパク: 26.6g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.9g	
30 木	動物ビスケット 牛乳	竹の子の含め煮 アスパラキッシュ 小松菜汁 バナナ ご飯	プリン せんべい	普通牛乳 若鶏、もも(皮つ き、生) 油揚げ 鶏卵、全卵 (生) ベーコン(ベーコン) プ ロセスチーズ かつお節 米み そ(甘みそ)	ビスケット(ソフト) 車糖(三 温糖) 焼きふ(親世ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓 (塩せんべい)	たけのこ にんじん さやえ んどう アスパラガス こま つな たまねぎ バナナ	エネルギー: 598kcal タンパク: 19.3g 脂質: 20g	食塩相当量: 1.5g	
31 金	バナナ	鶏なんばん 竹の子天ぷら 牛乳 メロン	チーズおにぎり ジョア	かつお節 若鶏、もも(皮な し、生) 焼き竹輪 鶏卵、 全卵(生) 普通牛乳 プロ セスチーズ	そうめん、ひやむぎ(乾) 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)	バナナ(生) にんじん た まねぎ 根深ねぎ たけの こ メロン 乾燥わかめ	エネルギー: 603kcal タンパク: 25.7g 脂質: 13.3g	食塩相当量: 2.6g	

材料の都合により献立を変更する場合があります