

🍒 令和元年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 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						
1 土	せんべい スポロン	ソフトフランスピーナツパン 豚肉とパプリカ炒め 牛乳 オレンジ	バナナ	普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッペパン ピーナツバター ぶた 中型種 かつ 黒砂糖	赤ピーマン 黄ピーマン 青ピーマン たまねぎ にんじん パレンシアオレンジ パナナ	エネルギー: 568kcal たんぱく: 15.2g 脂質: 15g	食塩相当量: 2g	
2 日									
3 月	アスパラガス 牛乳	じゃが芋のひき肉煮 厚焼き卵 若布汁 ぶどう ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	普通牛乳 ぶた ひき肉(生) 鶏卵 全卵 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 三温糖 でん粉 なたね油 水稲穀粒 クラッカー	にんじん たまねぎ さやいんげん 乾燥わかめ ぶどう なつみかん もも パナナ	エネルギー: 583kcal たんぱく: 19.7g 脂質: 16.3g	食塩相当量: 1.7g	
4 火	バナナ	アスパラシチュー ちくわと高野豆腐の煮物 牛乳 オレンジ ご飯	せんべい ヤクルト400	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 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓	バナナ スイートコーン たまねぎ にんじん アスパラガス パレンシアオレンジ	エネルギー: 515kcal たんぱく: 18.4g 脂質: 11.7g	食塩相当量: 1.3g	
5 水	せんべい ヤクルト	五目納豆 さつまいものバター煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	チョコパン 野菜生活	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 さつまいも 有塩バター 車糖(三温糖) 水稲穀粒 食パン ミルクチョコレート	にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) キウイフルーツ	エネルギー: 573kcal たんぱく: 17.9g 脂質: 14.3g	食塩相当量: 1.6g	
6 木	牛乳寒天	かつおのたたき風 マセドアンサラダ 絹さや汁 さくらんぼ ご飯	ビスコ 牛乳	かつお ハム(ロース) 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 普通牛乳	ゼリー(ミルク) さつまいも マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	しょうが 赤たまねぎ たまねぎ しそ トウモロコシ きゅうり にんじん スイートコーン さやえんどう さくらんぼ	エネルギー: 545kcal たんぱく: 24.8g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.3g	
7 金	チョイス ほうじ茶	豚おろしそうめん 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 スイカ	若布おにぎり フルーツジュース	ぶた大型種 かつロース 生揚げ ぶた ひき肉(生) 普通牛乳	ビスケット そうめん ひやむぎ(乾) 黒砂糖 なたね油 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	だいこん あまのり(焼きのり) にんじん たまねぎ すいか 乾燥わかめ	エネルギー: 634kcal たんぱく: 22.1g 脂質: 16.5g	食塩相当量: 3.9g	
8 土	せんべい みかんジュース	ロースカツサンド 牛乳 グレープフルーツ	プリン せんべい	ぶた大型種 ロース(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 食パン 薄力粉(1等) パン粉(生)	うんしゅうみかん果実飲料 キャベツ グレープフルーツ	エネルギー: 596kcal たんぱく: 20.3g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 2g	
9 日									
10 月	玉子ポーロ 牛乳	松風焼き スパゲティサラダ なす汁 ロン ご飯	飲むヨーグルト せんべい	普通牛乳 鶏肉 ひき肉(生) 鶏卵 全卵(生) 米みそ まぐろ類缶詰 かつお節 米みそ ヨーグルト	ポーロ 車糖 パン粉 ごま(乾) なたね油 スパゲティ マヨネーズ 焼きふ 水稲穀粒 乳酸菌飲料 米	たまねぎ にんじん スイートコーン きゅうり なす メロン	エネルギー: 610kcal たんぱく: 26g 脂質: 19.3g	食塩相当量: 1.7g	
11 火	りんごゼリー	ブロッコリーカレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい スポロン	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓	ぶなしめじ(生) たまねぎ ブロッコリー にんじん キウイフルーツ	エネルギー: 539kcal たんぱく: 14.1g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 1.5g	
12 水	クラッカー ぶどうジュース	焼き魚 かみかみサラダ 小松菜汁 さくらんぼ ご飯	ミルクリッチ 牛乳	べにざけ(生) 若鶏 むね かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	クラッカー 車糖(三温糖) ドレッシングタイプ 焼きふ 水稲穀粒(精白米) クリームパン	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 さくらんぼ	エネルギー: 547kcal たんぱく: 24.8g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 1.4g	
13 木	ビスケット 牛乳	豚丼 小松菜和え まいたけ汁 フルーツ盛り合わせ	フルーツあんみつ クラッカー	普通牛乳 ぶた大型種 ロース 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ クリーム(植物性脂肪)	ビスケット(ソフト) しらたき 水稲穀粒(精白米) クラッカー(ソーダ)	たまねぎ こまつな 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 なつみかん パナナ	エネルギー: 551kcal たんぱく: 18.7g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 1.3g	お誕生会
14 金	バナナ	焼きそば ウィナー 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ジョア	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) ソーセージ(ウィナー) 普通牛乳	蒸し中華めん なたね油 米菓(塩せんべい)	バナナ 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: 528kcal たんぱく: 21.5g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.4g	
15 土	せんべい ヤクルト	ハムコーンチーズパン 牛乳 オレンジ	バナナ	プロセスチーズ ハム(ロース) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッペパン ドレッシングタイプ和風調味料	スイートコーン レタス にんじん きゅうり てんぐさ パレンシアオレンジ パナナ(生)	エネルギー: 454kcal たんぱく: 15.1g 脂質: 10.4g	食塩相当量: 1.6g	
16 日									

🍒 令和元年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 月	動物ビスケット 牛乳	焼肉 ビーフンソテー ニラ玉汁 ゴールデンキウイ ご飯	ソフール(いちご) せんべい	普通牛乳 ぶた大型種 ロース ベーコン 鶏卵 全卵(生) かつお節 絹ごし豆腐 米みそ	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	にんじん 青ピーマン 大豆もやし きくらげ にら たまねぎ キウイフルーツ	エネルギー: 606kcal たんぱく: 24.4g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 1.5g	
18 火	ビスコ ほうじ茶	煮込みハンバーグ 青菜和え 若布汁 バナナ ご飯	大学芋のアイスのせ	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) かつお節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	ビスケット 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) さつまいも ごま(乾) なたね油 ラクトアイス	にんじん たまねぎ トマト ほうれんそう 大豆もやし スイートコーン 乾燥わかめ バナナ(生)	エネルギー: 613kcal たんぱく: 22.1g 脂質: 22.5g	食塩相当量: 1.7g	
19 水	ばりんこ 気にな野菜	カレーのマリネ 切干大根サラダ きゃべつ汁 さくらんぼ ご飯	カレーパン 牛乳	まがれい(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ ぶた、ひき肉 ナチュラルチーズ 普通牛乳	米菓 車糖 でん粉 なたね油 マヨネーズ ドレッシングタイプ 水稲穀粒 ロールパン オリーブ油	ぶどう 赤ピーマン 黄ピーマン たまねぎ 切干しだいこん きゅうり キャベツ 根深ねぎ さくらんぼ にんじん	エネルギー: 654kcal たんぱく: 24.1g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 2.4g	
20 木	せんべい ヤクルト	ひじきの寄せ煮 かぼちゃキッシュ 栄養麩汁 メロン ご飯	クッキー 牛乳	ぶた大型種、ロース 油揚げ 鶏卵 全卵(生) ベーコン プロセスチーズ かつお節 米みそ 普通牛乳	米菓 車糖(三温糖) なたね油 焼きふ 水稲穀粒 ビスケット	ごぼう にんじん ひじき さやいんげん 日本かぼちゃ こまつな たまねぎ メロン	エネルギー: 552kcal たんぱく: 19.1g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.8g	
21 金	元気ヨーグルト	トマトクリームスパゲティ レパールの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	普通牛乳 クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ベーコン ぶた、肝臓	スパゲッティ(乾) 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 ぶなしめじ エリンギ トマト グレープフルーツ	エネルギー: 514kcal たんぱく: 19.2g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 1.5g	
22 土	バナナ	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	牛乳寒天 せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	コッパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン じゃがいも 無塩バター ゼリー(ミルク) 米菓	バナナ(生) スイートコーン たまねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 535kcal たんぱく: 15.4g 脂質: 14g	食塩相当量: 1.9g	
23 日									
24 月	アスパラガス フルーツジュース	さばの味噌煮 カラフルサラダ えのき汁 さくらんぼ ご飯	ビスコ 牛乳	まさば 米みそ ナチュラルチーズ ハム(ロース) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓 車糖(三温糖) ドレッシングタイプ 水稲穀粒(精白米) ビスケット	しょうが レタス にんじん 黄ピーマン きゅうり えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ さくらんぼ	エネルギー: 533kcal たんぱく: 21.5g 脂質: 17.3g	食塩相当量: 2.7g	
25 火	せんべい スポロン	ポークチャップ 温野菜 まいたけ汁 ぶどう ご飯	野菜生活チーズ蒸しパン 牛乳	ぶた中型種、かたロース 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳 ナチュラルチーズ	米菓 なたね油 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) ざらめ糖 オリーブ油	たまねぎ にんにく ブロッコリー にんじん キャベツ スイートコーン まいたけ 相澤ねぎ ぶどう	エネルギー: 584kcal たんぱく: 21.3g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.8g	
26 水	ビスケット 牛乳	鶏肉のさっぱり煮 青菜和え むらくも汁 メロン ご飯	元気ヨーグルト クラッカー	普通牛乳 若鶏、もも かつお節 蒸しかまぼこ 鶏卵 全卵 木綿豆腐	ビスケット(ソフト) 車糖(三温糖) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) クラッカー	ほうれんそう にんじん 大豆もやし スイートコーン 根深ねぎ メロン	エネルギー: 622kcal たんぱく: 26.6g 脂質: 21.8g	食塩相当量: 2.7g	
27 木	バナナ	親子煮 昆布キャベツ なす汁 ゴールデンキウイ ご飯	ツナコーンサンド 牛乳	若鶏、もも なるど 鶏卵 全卵 かつお節 米みそ まぐる類缶詰 普通牛乳	車糖(三温糖) 焼きふ 水稲穀粒(精白米) ロールパン マヨネーズ ミルクチョコレート	バナナ(生) たまねぎ にんじん 乾しいたけ さやいんげん キャベツ 塩昆布 なす キウイフルーツ スイートコーン	エネルギー: 507kcal たんぱく: 18.1g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 2.3g	
28 金	せんべい ヤクルト	肉みそうどん レタスソテー 牛乳 ぶどう	アイス	米みそ(甘みそ) ぶた、ひき肉(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	米菓 干しうどん(乾) でん粉 なたね油 ごま油 ラクトアイス	たまねぎ にんじん 大豆もやし レタス ぶなしめじ スイートコーン ぶどう	エネルギー: 516kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 20.6g	食塩相当量: 1.8g	
29 土	ぶどうゼリー	甘バターサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ	せんべい ジョア	ベーコン(ベーコン) 黄だいず(水煮缶詰) 普通牛乳	クリームパン マカロニス バゲッティ(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 バレンシアオレンジ	エネルギー: 592kcal たんぱく: 21.0g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 2.1g	
30 日									

材料の都合により献立を変更する場合があります