

令和元年10月 献立表

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						
1 火	牛乳寒天	ミートボール 三色和え まいたけ汁 ぶどう ご飯	アップルパイ 牛乳	ぶた(ひき肉(生) 鶏卵. 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ゼリー(ミルク) バン粉(生) 車糖(三温糖) でん粉 水稲穀粒 なたね油 さつまいも バイ皮	にんじん たまねぎ ストイコーン 大豆もやし ほうれんそう まいたけ 根深ねぎ ぶどう りんご	エネルギー : 539kcal タンパク : 20.0g 脂質 : 20.3g	食塩相当量 : 1.1g	
2 水	バナナ	焼き魚 和風ポテトサラダ なめこ汁 りんご ご飯	揚げパン 牛乳	べにさけ(生) 焼き竹輪 ブロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ きな粉 普通牛乳	じやがいも マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) コッペパン 黒砂糖 なたね油	バナナ(生) きゅうり にんじん 塩昆布 ストイコーン なめこ 根深ねぎ りんご	エネルギー : 525kcal タンパク : 23.9g 脂質 : 17.5g	食塩相当量 : 2g	
3 木	せんべい ヤクルト	すき焼き風煮 半月卵 大根汁 梨 ご飯	ピスコ 牛乳	若鶏. もも(皮つき, 生) 焼き豆腐 鶏卵. 全卵(生) 木綿豆腐 豆みそ 剥り節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) しらたき 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) ピスケット(ソフト)	たまねぎ にんじん だいこん 根深ねぎ 日本なし	エネルギー : 495kcal タンパク : 19g 脂質 : 17.5g	食塩相当量 : 1.5g	
4 金	ヨーグルト	けんちんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 オレンジ	せんべい ヤクルト400	油揚げ ぶた大型種. かたロース かつお節 米みそ 凍り豆腐(乾) 普通牛乳	干しとうどん(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)	だいこん ごぼう にんじん 根深ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー : 532kcal タンパク : 19.6g 脂質 : 18.1g	食塩相当量 : 1.6g	
5 土		芋汁			ぶた大型種. かたロース(脂身つき, 生) 米みそ(甘みそ)	にんじん ごぼう 根深ねぎ だいこん なめこ ぶなしめじ	エネルギー : 111kcal タンパク : 5.7g 脂質 : 4.1g	食塩相当量 : 0.6g	運動会
6 日									
7 月	動物ピスケット 麦茶	焼肉 ピーフンソテー 栄養麺汁 ぶどう ご飯	手作りドーナツ 牛乳	ぶた大型種. ロース(脂身つき, 生) ベーコン かつお節 米みそ 鶏卵. 全卵 普通牛乳	ピスケット ごま ピーフン なたね油 焼きふ. 水稲穀粒(精白米) 薄力粉 ざらめ糖 無塩バター	にんじん 青ピーマン 大豆もやし きくらげ こまつなたまねぎ ぶどう	エネルギー : 553kcal タンパク : 17.5g 脂質 : 21.9g	食塩相当量 : 1.5g	
8 火	バナナ	白身魚の紅葉揚げ 切干大根サラダ ニラ玉汁 りんご ご飯	せんべい スポロン	まだら(生) 焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	薄力粉 なたね油 マヨネーズ(全卵型) ドレッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) あおさ にんじん 切干だいこん きゅうり にら たまねぎ りんご	エネルギー : 495kcal タンパク : 15g 脂質 : 9.1g	食塩相当量 : 1.2g	
9 水	せんべい みかんジュース	ミートソースグラタン 春雨サラダ はんぺん汁 バナナ ご飯	甘バターパン 牛乳	ぶた(ひき肉(生) ナチュラルチーズ ハム(ロース) はんぺん かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) マカロニパン 緑豆(はるさめ) ドレッシング 水稲穀粒(精白米) クリームパン	うんしゅうみかん果実 たまねぎ にんじん トマト缶詰きゅうり ストイコーン わかめ バナナ	エネルギー : 509kcal タンパク : 17.8g 脂質 : 11.9g	食塩相当量 : 2.2g	
10 木	元気ヨーグルト	五目納豆 さつまいものバター煮 牛乳 グレープフルーツ ご飯	せんべい ジョア	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) ブロセスチーズ 普通牛乳	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) 米菓(塩せんべい)	にんじん 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー : 545kcal タンパク : 23.4g 脂質 : 12.2g	食塩相当量 : 1.4g	
11 金	せんべい ヤクルト	卵とじそうめん かぼちゃのひき肉煮 牛乳 ぶどう	若布おにぎり 野菜生活	かつお節 鶏卵. 全卵(生) 若鶏. もも(皮つき, 焼き) 鶏肉. ひき肉(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) そうめん ひやむぎ(乾) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	根深ねぎ たまねぎ にんじん 日本かぼちゃ ぶどう わかめ	エネルギー : 488kcal タンパク : 17.4g 脂質 : 9.1g	食塩相当量 : 2.7g	
12 土	玉子ボーロ フルーツジュース	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) ポトフ 牛乳 りんご	ぶどうゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) コッペパン いちごジャム マーガリン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓	キャベツ たまねぎ にんじん ストイコーン りんご	エネルギー : k564kcal タンパク : 13.2g 脂質 : 13.2g	食塩相当量 : 2.4g	
13 日									
14 月	体育の日								
15 火	せんべい スポロン	秋なすのキーマカレー 小女子 千乳 果 ご飯	ヨーグルトアイフミ人風 クラッカー	かに(ひき肉(生) ひかりご(生) 普通牛乳 ヨーグルト ナチュラルチーズ	木果 しゃかひいも なたね油 ごま 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖 ブルーベリー(ジャム) クラッカー	なす たまねぎ にんじん さやいんげん 日本なし	エネルギー : 565kcal タンパク : 17.9g 脂質 : 20.8g	食塩相当量 : 1.6g	
16 水	りんごゼリー	カレイの煮付け ごぼうサラダ かき玉汁 バナナ ご飯	ピーナツパン 牛乳	まがれい(生) ハム(ロース) 鶏卵. 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	車糖(三温糖) ドレッシング 水稲穀粒(精白米) 食パン らっかせい(ピーナツバー)	きゅうり にんじん ごぼう ストイコーン たまねぎ バナナ	エネルギー : 530kcal タンパク : 25.3g 脂質 : 14.8g	食塩相当量 : 2.5g	

令和元年10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						
17木	動物ピスケット 麦茶	栗ごはん 鶏のから揚げ なめこ汁 小松菜和え みかん	デコレーションプリン	若鶏 もも(皮つき、生) 紹 ごし豆腐 かつお節 米み そ(甘みそ) ホップクリー ム	ビスケット 水稲穀粒(精白 米) 日本ぐり(生) ごま なたね油 薄力粉 でん粉 ミ ルクチョコレート	えだまめ しうがい にんにく なめこ 根深ねぎ こまつな にんじん えのきだけ うん しゅうみかん	エネルギー : 539kcal タンパク : 15.3g 脂質 : 22g	食塩相当量 : 1.7g	お誕生会
18金	牛乳寒天	じゃが芋のひき肉煮 厚焼き卵 まいたけ汁 グレープフルーツ ご飯	ピスケット 牛乳 紅白大福(おみやげ)	ぶた ひき肉(生) 鶏卵 全 卵(生) 紹ごし豆腐 かつ お節 米みそ(甘みそ) 普 通牛乳	ゼリー(ミルク) じゃがいも 車糖(三温糖) でん粉 な たね油 水稲穀粒(精白米) ビスケット	にんじん たまねぎ さやい んげん まいたけ 根深ね ぎ グレープフルーツ	エネルギー : 559kcal タンパク : 19.8g 脂質 : 21.7g	食塩相当量 : 0.9g	創立記念 (20日)
19土	アスパラガス 麦茶	クロワッサンサンド 昆布サラダ 牛乳 オレンジ	バナナ	まぐろ類缶詰(油漬、フレー ク、ライ) プロセスチーズ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) クロ ワッサン マヨネーズ(全卵 型) ミルクチョコレート ご ま(いいり)	きゅうり スイートコーン キャベツ にんじん ほうれ んそう 塩昆布 バレンシア オレンジ バナナ	エネルギー : 472kcal タンパク : 12.5g 脂質 : 21.5g	食塩相当量 : 1.6g	
20日									
21月	せんべい フルーツジュース	さばの味噌煮 マカロニサラダ えのき汁 梨 ご飯	焼き芋 牛乳	まさば(生) 米みそ(甘み そ) ハム(ロース) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖 (三温糖) マカロニ マヨ ネーズ 水稲穀粒(精白米) さつまいも	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン えのきだけ たまねぎ わかめ 日本なし	エネルギー : 556kcal タンパク : 20.9g 脂質 : 15.2g	食塩相当量 : 2.5g	
22火	祝日 即位礼正殿の儀								
23水	玉子ボーロ 牛乳	治部煮 ほうれん草のキッシュ 大根汁 バナナ ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	普通牛乳 若鶏 もも 剥 節 プロセスチーズ 鶏卵 全 卵 ベーコン 木綿豆腐 豆みそ ヨーグルト	ボーロ さといも じゃがいも でん粉 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖 クラッカー	にんじん 乾しいたけ サヤ いんげん ほうれんそう だ いこん 根深ねぎ バナナ なつみかん もも	エネルギー : 572kcal タンパク : 21.1g 脂質 : 16.2g	食塩相当量 : 1.7g	
24木	ピスケット 麦茶	納豆餅 きなこ餅 つゆ餅 たくあん みかん 牛乳	りんごゼリー せんべい	糸引き納豆 きな粉(全粒 大豆 黄大豆) 油揚げ か つお節 普通牛乳	ピスケット(ソフト) 水稲穀 粒(精白米) 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい)	だいこん ごぼう たくあん 漬 うんしゅうみかん	エネルギー : 739kcal タンパク : 25.7g 脂質 : 19.6g	食塩相当量 : 1.7g	もちつき
25金	元気ヨーグルト	ミートスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 りんご	せんべい ジョア	ぶた ひき肉(生) ナチュラ ルチーズ(パルメザン) ぶ た 肝臓(生) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾 なたね油 でん粉(じゃがい もでん粉) 黒砂糖 米菓 (塩せんべい)	たまねぎ にんじん トマト 缶詰 りんご	エネルギー : 574kcal タンパク : 26.1g 脂質 : 14.2g	食塩相当量 : 2.3g	
26土	せんべい ヤクルト	クリームサンド コロコロスープ 牛乳 オレンジ	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 じゃがいも(塊茎、 皮なし、生)	にんじん たまねぎ キャベ ツ にんにく バレンシアオ レンジ バナナ	エネルギー : 495kcal タンパク : 14.5g 脂質 : 13.1g	食塩相当量 : 1.8g	
27日									
28月	ピスコ 牛乳	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ 大根汁 りんご ご飯	飲むヨーグルト 干し芋	普通牛乳 ぶた大型種、 ロース 油揚げ 鶏卵 全卵 (生) 木綿豆腐 豆みそ 削り節 ヨーグルト	ピスケット 車糖(三温糖) なたね油 有塩バター 水 稲穀粒 乳酸菌飲料 さつ まいも(蒸し切干)	ごぼう にんじん ひじき さやいんげん だいこん 根 深ねぎ りんご	エネルギー : 518kcal タンパク : 20g 脂質 : 19.5g	食塩相当量 : 1.7g	
29火	バナナ	蒸し団子 温野菜 若布汁 みかん ご飯	ハロウィンケーキ 牛乳	ぶた ひき肉(生) 紹ごし豆 腐 米みそ かつお節 鶏 卵 全卵(生) クリーム 普 通牛乳	水稲穀粒(精白米) ごま油 でん粉 ざらめ糖 薄力粉 ミルクチョコレート	バナナ しうがい 乾しい たけ ブロッコリー にんじん キ ャベツ スイートコーン わかめ うん しゅうみかん 日本かぼちゃ	エネルギー : 588kcal タンパク : 21.1g 脂質 : 22g	食塩相当量 : 1.5g	
30水	せんべい ヤクルト	鶏肉のさっぱり煮 ゴマ和え 栄養すいとん汁 バナナ ご飯	ソフトフランス(あんバ ターパン) 牛乳	若鶏 もも ぶた中型種、か た 油揚げ 木綿豆腐 か つお節 普通牛乳	米菓 車糖(三温糖) ごま 上新粉 水稲穀粒(精白米) あんパン 無塩バター	ほうれんそう にんじん 大 豆もやし たまねぎ こまつ な バナナ	エネルギー : 572kcal タンパク : 23g 脂質 : 19.4g	食塩相当量 : 2.2g	
31木	プリン	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	ぶた大型種、かた(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)	キャベツ たまねぎ 青ピー マン 大豆もやし にんじん グレープフルーツ	エネルギー : 488kcal タンパク : 15.5g 脂質 : 18.3g	食塩相当量 : 1.5g	

材料の都合により献立を変更する場合があります