

平成26年7月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			栄養価				
	朝間	昼食	昼間	あか	黄	みどり		
1 火	ももジュース あまからせんべい	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ レタス オレンジ ご飯 青菜汁	牛乳 ポテトのチーズ焼き	まさば(生) 米みそ(甘みそ) まぐろ類(油漬、油漬、フレーク、ライト) かつお節 普通牛乳 プロセスチーズ ハム(ロース)	もも(30%果汁入り飲料) ネクター 米菓(甘みそせんべい) 車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 焼きふ(焼きふ) じゃがいも(焼)	しょうが(根菜、生) 日本かぼちゃ(果菜、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果菜、生) レタス(結球菜、生) パルメザンチーズ(砂じょう、生)	エネルギー: 376kcal タンパク: 13.7g 脂質: 10.9g	加減量: 174mg 食塩相当量: 1g
2 水	ヤクルト チーズせんべい	磯部つくね揚げ 三色和え トマト メロン ご飯 なす汁	牛乳 ミルクリッチ	鶏肉、ひき肉 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ かつお節 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(揚げせんべい) パン粉(乾燥) サフラワール(でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) クリームパン)	しょうが(根菜、生) あおさ(葉菜、生) こまつな(葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果菜、生)	エネルギー: 578kcal タンパク: 20.2g 脂質: 19.9g	加減量: 231mg 食塩相当量: 1.2g
3 木	麦茶 マリービスケット	カレー肉じゃが 厚焼き卵 ブロッコリー ゴールデンキウイ ご飯 トマトスープ	ももゼリー 青のりせんべい	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ベーコン)	ビスケット(ソフト) じゃがいも(焼き、生) しらす 車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ゼリー(オレンジ) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) グリンピース(冷凍) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ(生) チンゲンサイ(葉、生) トマト(果菜、生)	エネルギー: 388kcal タンパク: 10.4g 脂質: 10.9g	加減量: 54mg 食塩相当量: 1.6g
4 金	牛乳 バナナ	ワンタンスープ 揚げ出し豆腐 きゅうり漬け メロン ご飯	ジョア ぼんち焼き	焼き豚 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	カスタードプリン 中華めん(生) ごま油 ショートケーキ	きゅうり(果菜、生) わかめ(海藻、生) レタス(結球菜、生) トマト(果菜、生) もも(餅、果実) バナナアップル(缶詰) なつめかん(缶詰)	エネルギー: 347kcal タンパク: 15.1g 脂質: 13.5g	加減量: 201mg 食塩相当量: 0.7g
5 土	牛乳 バターサブレ	焼きそばパン 豆乳 グレープフルーツ	バナナ	普通牛乳 ぶた大型種、かた(ロース)(脂身つき、生)	サブレ 蒸し中華めん サフラワール(でん粉) パン 豆乳(豆乳飲料、麦芽コーヒ)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果菜、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) バナナ(生)	エネルギー: 382kcal タンパク: 11.4g 脂質: 11.3g	加減量: 160mg 食塩相当量: 0.8g
6 日	★☆☆☆☆							
7 月	牛乳 芋けんぴ	七夕そうめん ゴマ和え とうもろこし メロン	スキムミルク ゴマせんべい	普通牛乳 かつお節 鶏卵、全卵(生) なたと 焼き豚 脱脂粉乳	芋かりんとう そうめん、ひやむぎ(乾) ごま(いり) 米菓(塩せんべい)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうろくそう(葉、生) プラックマッペもやし(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) マヨネーズ(全卵型)	エネルギー: 358kcal タンパク: 15.1g 脂質: 11.6g	加減量: 223mg 食塩相当量: 1.7g
8 火	リンゴジュース 卵ボーロ	焼き魚(鮭) マカロニサラダ 金時豆 オレンジ ご飯 わかめ汁	野菜生活 まがりせんべい	べにざけ(生) ハム(ロース) プロセスチーズ まさげ(全粒、乾) かつお節 米みそ(甘みそ)	りんご(50%果汁入り飲料) ボーロ(衛生ボーロ) マカロニスパゲッタ(乾) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(焼)	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きゅうり(果菜、生) パルメザンチーズ(砂じょう、生) わかめ(海藻、生)	エネルギー: 380kcal タンパク: 10.7g 脂質: 4g	加減量: 41mg 食塩相当量: 1.1g
9 水	麦茶 しっとりクッキー	オクラ入り五目納豆 かぼちゃの甘煮 たくあん パナナ ご飯 きのこと汁	牛乳 クラッカー チーズ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 系引き納豆 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ナチュラルチーズ(パルメザン) ベーコン(ベーコン)	ビスケット(ソフト) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	オクラ(果菜、生) にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼちゃ(果菜、生) たあん漬(塩押し、いり) パナナ(生) まいたけ(生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 429kcal タンパク: 15.8g 脂質: 16.6g	加減量: 216mg 食塩相当量: 1.6g
10 木	ヨーグルト	筑前煮 アスパラ 花型卵 グレープフルーツ ご飯 春雨スープ	牛乳 ピザトースト	ヨーグルト(全脂無糖) 若鶏、むね(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 普通牛乳	車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 緑豆はるさめ(乾) クラッカー(ソーダ)	たけのこ(水菜缶詰) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若豆、生) ごぼう(根、生) アスパラガス(若菜、生) グレープフルーツ(砂じょう、生)	エネルギー: 471kcal タンパク: 21.7g 脂質: 20.3g	加減量: 374mg 食塩相当量: 2.1g
11 金	プリン	冷やし中華 フルーツポンチ	牛乳 ケーキ	普通牛乳 ぶた、ひき肉、生 凍り豆腐	しゅうまいの皮 でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワール 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) チンゲンサイ(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果菜、生) メロン(果菜、生)	エネルギー: 424kcal タンパク: 14g 脂質: 10.6g	加減量: 243mg 食塩相当量: 0.6g
12 土	ヤクルト 醤油せんべい	メロンパン 牛乳 パナナ	りんごゼリー 黒豆せんべい	普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) クリームパン ゼリー(オレンジ)	バナナ(生)	エネルギー: 571kcal タンパク: 16.8g 脂質: 13.2g	加減量: 201mg 食塩相当量: 1.2g
13 日	☆☆☆☆☆							
14 月	牛乳 白い風船	コーンチャウダー きゅうり漬け 竹輪と厚揚げ煮 パナナ ピラフ	ヨーグルト 磯せんべい	普通牛乳 成鶏、むね(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ ベーコン(ベーコン) ヨーグルト(全脂無糖)	ウエハース 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル) アスパラガス(若菜、生) きゅうり(果菜、生)	エネルギー: 367kcal タンパク: 13.5g 脂質: 11.7g	加減量: 260mg 食塩相当量: 1.1g
15 火	飲むヨーグルト リッツ	マグロの竜田揚げ 温野菜 トマト オレンジ ご飯 大根汁	牛乳 コーンポタージュせんべい	ヨーグルト(ドリンクタイプ) くらまぐろ(赤身、生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワール 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) こまつな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) トマト(果菜、生)	エネルギー: 414kcal タンパク: 17.3g 脂質: 10.3g	加減量: 262mg 食塩相当量: 1.1g
16 水	麦茶 ぼたぼた焼き	花ショウマイ ボイル野菜 ゴールデンキウイ ご飯 かぼちゃ汁	牛乳 セサミンパン	ぶた、ひき肉、生 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) クリームパン(ごま(いり))	しょうが(根菜、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球菜、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) キウイフルーツ(生) 日本かぼちゃ(果菜、生)	エネルギー: 394kcal タンパク: 13.8g 脂質: 11.2g	加減量: 173mg 食塩相当量: 1.1g
17 木	ミルクプリン	豆腐とエビのケチャップ煮 スクランブルエッグ レタス オレンジ ご飯 きゃべつ汁	スポロン サラダせんべい	ぶた、ひき肉、生 グラタン(えび、冷凍) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	ゼリー(ミルク) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワール 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) トマト缶詰(ホール) チンゲンサイ(葉、生)	エネルギー: 363kcal タンパク: 12g 脂質: 6.3g	加減量: 161mg 食塩相当量: 0.9g
18 金	牛乳 ばかうけ	わかめうどん 笹かまの磯辺揚げ たくあん メロン	ジョア おにぎり	普通牛乳 かつお節 ぶた大型種、かた(ロース) しょうが(生) なたと 蒸し(微乾燥品)	米菓(塩せんべい) うどん(ゆで) サフラワール 乳酸菌飲料(乳製品) 水稲穀粒(精白米)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) わかめ(海藻、生) にんじん(根、皮つき、生) あおさ(葉、生) たあん漬(塩押し、いり) こなん漬(梅干し)	エネルギー: 348kcal タンパク: 10.7g 脂質: 8.5g	加減量: 182mg 食塩相当量: 1.3g
19 土	麦茶 アスパラガス	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ポパイソテー 牛乳 パナナ	プリン 雪の里せんべい	ベーコン(ベーコン) 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 オリーブ油 カスタードプリン	ほうろくそう(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子ホール、冷凍) バナナ(生)	エネルギー: 402kcal タンパク: 13.4g 脂質: 12.9g	加減量: 195mg 食塩相当量: 1.4g
20 日	☆☆☆☆☆							
21 月	☆☆☆☆☆							
22 火	ももゼリー	ひじきの煮物 ツナキッシュ とうもろこし オレンジ ご飯 ほうれんそう汁	スキムミルク えびせんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) だいたい(水菜缶詰) 鶏卵、全卵(生) まぐろ類(油漬、油漬、フレーク、ライト) ナチュラルチーズ(パルメザン) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ゼリー(オレンジ) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、生) パルメザンチーズ(砂じょう、生) ほうろくそう(葉、生) クリームパン	エネルギー: 321kcal タンパク: 12.3g 脂質: 4.8g	加減量: 143mg 食塩相当量: 0.8g
23 水	麦茶 星たべよ	さわらの照り焼き マセドアンサラダ レタス メロン ご飯 なめこ汁	牛乳 ピーナツパン	ぶた(生) ハム(ロース) 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) さつまいも(焼) 車糖(三温糖) マヨネーズ(全部型) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 食パン(市販品) らっかせ(生)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きゅうり(果菜、生) レタス(結球菜、生) メロン(温室メロン、生) なめこ(水菜缶詰)	エネルギー: 417kcal タンパク: 15.9g 脂質: 14.2g	加減量: 149mg 食塩相当量: 1.3g
24 木	牛乳 バナナ	ポテトコロッケ 干切キャベツ トマト スイカ ご飯 イタリアンスープ	アイス	普通牛乳 鶏卵、全卵(生) ぶた、ひき肉、生 ベーコン(ベーコン) ナチュラルチーズ(パルメザン)	パン粉(生) 薄力粉(生) じゃがいも(焼) 水稲穀粒(精白米) 無塩バター パン粉(半生) ラクトアイス(普通脂肪)	バナナ(生) キャベツ(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト(果菜、生) すいか まんご(果干し) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 407kcal タンパク: 12.3g 脂質: 15.5g	加減量: 191mg 食塩相当量: 0.8g
25 金	ヤクルト 歌舞伎揚げ	焼肉 ビーフンソテー いんげん グレープフルーツ ご飯 はんぺんスープ	牛乳 ピスコ	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 はんぺん 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) ごま(乾) ビーフン オリーブ油 マヨネーズ(全部型) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球菜、生) にら(葉、生) さやいんげん(若豆、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) わかめ(海藻、生)	エネルギー: 426kcal タンパク: 13.5g 脂質: 14.8g	加減量: 176mg 食塩相当量: 0.8g
26 土	野菜生活 ゴマクラッカー	甘バターサンド 寒天サラダ 牛乳 ゴールデンキウイ	ジョア 味しらべ	ハム(ロース) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	らんしゅうみかん果実飲料(果糖入り) スイカ(ソーダ) ごま(乾) クリームパン ドレッシングタイプ和風調味料 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	レタス(結球菜、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果菜、生) でんぷ(寒天) キウイフルーツ(生)	エネルギー: 454kcal タンパク: 13g 脂質: 11.7g	加減量: 219mg 食塩相当量: 1.2g
27 日	☆☆☆☆☆							
28 月	麦茶 ぱりんこ	スタミナカレー 小女子 牛乳 福神漬け スイカ ご飯	ヨーグルト おしやぶりするめ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖) いか加工品(するめ)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(焼) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) しょうが(根菜、生) にんじん(根、皮つき、生) 福神漬 すいか	エネルギー: 331kcal タンパク: 15.3g 脂質: 9.8g	加減量: 271mg 食塩相当量: 1.1g
29 火	牛乳 ハッピータン	タラのおろし煮 ポテトサラダ ブロッコリー ゴールデンキウイ ご飯 みつ葉のかき玉汁	野菜生活 パンピングケーキ	普通牛乳 まだら(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) プレミックス粉(でんぷら) サフラワール じゃがいも(焼) 車糖(三温糖) マヨネーズ(全部型) 水稲穀粒(精白米) らんしゅうみかん果実飲料(果糖入り) スイカ(ソーダ)	だいたい(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きゅうり(果菜、生) ブロッコリー(花序、生) ほうろくそう(葉、生)	エネルギー: 435kcal タンパク: 13.5g 脂質: 13.6g	加減量: 162mg 食塩相当量: 1.4g
30 水	カルピス 卵サブレ	鶏肉のパベキューソース 青菜和え とうもろこし パナナ ご飯 キャロットスープ	牛乳 玄米パン	若鶏、もも(皮つき、生) クリーム(植物性脂肪) 普通牛乳	乳酸菌飲料(乳製品) サブレ 水稲穀粒(精白米) あんぱん	たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) プラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、生) バナナ(生)	エネルギー: 421kcal タンパク: 13.5g 脂質: 13.8g	加減量: 167mg 食塩相当量: 0.5g
31 木	りんごゼリー	マーボーナス 花型卵 きゅうり漬け オレンジ ご飯 玉ねぎ汁	牛乳 とうもろこし	ぶた、ひき肉、生 金山寺みそ 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ゼリー(オレンジ) ごま油 じゃがいも(焼) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	なす(果菜、生) にら(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根菜、生) きゅうり(果菜、生) パルメザンチーズ(砂じょう、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 345kcal タンパク: 14.3g 脂質: 9g	加減量: 149mg 食塩相当量: 0.7g

給食MEMO
4日 お誕生会
21日 海の日

1歳6か月未満の子は個々に合わせてきざみ・薄味にしています。材料の都合により献立が変わることがあります。