平成31年2月　献立表

3歳未満児　　会津報徳保育園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	
		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	りんごゼリー	ミートソーススパゲティ　ブロッコリー レバーのケチャップ煮 牛乳　いちご	野菜生活 まがりせんべい	ぶた、ひき肉(生)　ミートソース　ナチュラルチーズ(パルメザン)　ぶた、肝臓(生)　普通牛乳100	マカロニ・スパゲッティ(乾)　でん粉(じゃがいもでん粉)　サフラワー油(ハイオレイック)　マヨネーズ(全卵型)　米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生)　にんじん(根、皮つき、生)　トマト缶詰(ホール、食塩無添加)　いちご(生)　ブロッコリー(花序、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：548kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.5g 脂質：16.5g	ｶﾙｼｳﾑ：171mg 食塩相当量：1.1g
2	土	麦茶 煮豆	ジャムサンド　ポテトサラダ 牛乳　いよかん	バナナ	大豆たんぱく(粒状大豆たんぱく)　まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト)　普通牛乳100	じゃがいも(塊茎、生)　マヨネーズ(全卵型)　ロールパン　いちご(ジャム、高糖度)	レタス(土耕栽培、結球葉、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(果実、生)　いよかん(砂じょう、生)　バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：449kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.5g 脂質：13.7g	ｶﾙｼｳﾑ：181mg 食塩相当量：0.9g
3	日								
4	月	牛乳 白い風船	白菜シチュー ひじきとちくわの炒り豆腐　ご飯 スイーティ	手作り飲むヨーグルト クッキー	普通牛乳100　成鶏、むね(皮つき、生)　焼き竹輪　木綿豆腐　ヨーグルト(全脂無糖)　普通牛乳1リットル	ウエハース　じゃがいも(塊茎、生)　車糖(三温糖)　水稲穀粒(精白米)　乳酸菌飲料(乳製品)　ビスケット(ソフト)	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)　はくさい(結球葉、生)　ひじき(ほしひじき)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：523kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：17.5g 脂質：15.7g	ｶﾙｼｳﾑ：334mg 食塩相当量：1g
5	火	麦茶 いちご	豚肉の野菜巻き　和風ポテサラ ご飯　わかめ汁 ポンカン	スポロン サラダせんべい	いんげんまめ(全粒、乾)　ぶた大型種、ロース(脂身つき、生)　焼き竹輪　かつお節　米みそ(甘みそ)	車糖(三温糖)　きくいも(塊茎、生)　じゃがいも(塊茎、生)　マヨネーズ(全卵型)　水稲穀粒(精白米)　米菓(塩せんべい)	いちご(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(果実、生)　塩昆布　わかめ(原藻、生)　たまねぎ(りん茎、生)　ぽんかん(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：448kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：13.4g 脂質：8.7g	ｶﾙｼｳﾑ：91mg 食塩相当量：1.3g
6	水	果実ジュース ミニサラダせんべい	ししゃものから揚げ　青菜和え ご飯　まいたけ汁 みかん	牛乳 ピーナツパン	からふとししゃも(生干し、生)　かつお節　絹ごし豆腐　米みそ(甘みそ)　普通牛乳100	アセロラ(10%果汁入り飲料)　米菓(塩せんべい)　でん粉(じゃがいもでん粉)　サフラワー油(ハイオレイック)　マヨネーズ(全卵型)　水稲穀粒(精白米)　ロールパン　らっかせい(ピー	こまつな(葉、生)　ブラックマッペもやし(生)　にんじん(根、皮つき、生)　まいたけ(生)　葉ねぎ(葉、生)　うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：606kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19g 脂質：22.2g	ｶﾙｼｳﾑ：277mg 食塩相当量：1.6g
7	木	ソフール（プレーン）	五目納豆　さつまいもの甘煮 ブロッコリー　ご飯　もやし汁 いちご	牛乳 ビスコ	焼き竹輪　鶏卵、全卵(生)　糸引き納豆　プロセスチーズ　油揚げ　かつお節　米みそ(甘みそ)　普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　車糖(三温糖)　水稲穀粒(精白米)　ビスケット(ソフト)	根深ねぎ(葉、軟白、生)　にんじん(根、皮つき、生)　ブラックマッペもやし(生)　ブロッコリー(花序、生)　いちご(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：598kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.1g 脂質：21.4g	ｶﾙｼｳﾑ：353mg 食塩相当量：1.4g
8	金	牛乳 アンパンマンせんべい	卵とじそうめん　ほうれんそうのお浸し 天ぷら（ヤーコン・カニカマ） 清美オレンジ	ジョア（マスカット） 焼きおにぎり	普通牛乳100　かつお節　鶏卵、全卵(生)　若鶏、もも(皮つき、焼き)　かに風味かまぼこ	米菓(塩せんべい)　そうめん、ひやむぎ(乾)　きくいも(塊茎、生)　プレミックス粉(てんぷら用)　サフラワー油(ハイオレイック)　水稲穀粒(精白米)　有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生)　たまねぎ(りん茎、生)　にんじん(根、皮つき、生)　バレンシアオレンジ(砂じょう、生)　ほうれんそう(葉、通年平均、生)　えのきたけ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：561kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：22.3g 脂質：13.8g	ｶﾙｼｳﾑ：443mg 食塩相当量：2.6g
9	土	麦茶 果物チップス	ハムコーンパン　牛乳　みかん	りんごゼリー ぱりんこ	プロセスチーズ　ハム(ロース)　普通牛乳100	ポテトチップス(ポテトチップス)　ロールパン　マヨネーズ(全卵型)　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)　うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：501kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：13.5g 脂質：17.2g	ｶﾙｼｳﾑ：189mg 食塩相当量：1.5g
10	日	建国記念の日							
11	月								
12	火	牛乳 しっとりクッキー	ポークチャップ　温野菜 チーズ　ご飯　春雨スープ 宇和ゴールド	フルーツヨーグルト 芋花子	普通牛乳1リットル　ぶた大型種、かた(脂身つき、生)　まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト)　ベーコン(ベーコン)　プロセスチーズ　ヨーグルト(全脂無糖)	ビスケット(ソフト)　車糖(三温糖)　オリーブ油　ドレッシングタイプ和風調味料　緑豆はるさめ(乾)　水稲穀粒(精白米)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　サフラワー油(ハイオレイック)	トマト缶詰(ホール、食塩無添加)　たまねぎ(りん茎、生)　ブロッコリー(花序、生)　にんじん(根、皮つき、生)　キャベツ(結球葉、生)　スイートコーン(未熟種子ホール、冷凍)　チンゲンサイ(葉、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：578kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：17.1g 脂質：24.5g	ｶﾙｼｳﾑ：289mg 食塩相当量：1.7g
13	水	麦茶 みかん	さばの味噌煮　豆まめサラダ 白菜汁　ご飯 りんご	牛乳 手作りラスク	まさば(生)　米みそ(甘みそ)　焼き竹輪　黄だいず(国産、ゆで)　かつお節　普通牛乳100	車糖(三温糖)　マヨネーズ(全卵型)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　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	うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)　しょうが(根茎、生)　日本かぼちゃ(果実、生)　にんじん(根、皮つき、生)　ひじき(ほしひじき)　きゅうり(果実、生)　はくさい(結球葉、生)　えのきたけ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：509kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：17.2g 脂質：15.1g	ｶﾙｼｳﾑ：199mg 食塩相当量：1.5g
14	木	ぶどうゼリー	里芋と切干大根の旨煮 スクランブルエッグ　なめこ汁　ご飯 みかん	牛乳 チョコケーキ	さつま揚げ　鶏卵、全卵(生)　まぐろ類缶詰(水煮、フレーク、ライト)　絹ごし豆腐　かつお節　米みそ(甘みそ)　普通牛乳100	車糖(三温糖)　さといも(球茎、生)　水稲穀粒(精白米)　プレミックス粉(ホットケーキ用)　無塩バター　ミルクチョコレート	切干しだいこん(乾)　にんじん(根、皮つき、生)　こまつな(葉、生)　なめこ(水煮缶詰)　糸みつば(葉、生)　うんしゅうみかん・じょうのう(普通、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：600kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.1g 脂質：20.9g	ｶﾙｼｳﾑ：245mg 食塩相当量：1.3g
15	金	ヤクルト うす焼きせんべい	ロコモコ風丼　水菜サラダ わかめスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた、ひき肉(生)　凍り豆腐(乾)　鶏卵、全卵(生)　ハム(ロース)　普通牛乳100	米菓(塩せんべい)　水稲穀粒(精白米)　パン粉(乾燥)　車糖(三温糖)　ドレッシングタイプ和風調味料　ごま(いり)　ショートケーキ	キャベツ(結球葉、生)　たまねぎ(りん茎、生)　にんじん(根、皮つき、生)　ブラックマッペもやし(生)　みずな(葉、生)　糸みつば(葉、生)　わかめ(原藻、生)　ぽんかん(砂じょう、生)　いちご(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：590kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：21.2g 脂質：17.3g	ｶﾙｼｳﾑ：280mg 食塩相当量：1.2g
16	土	麦茶 ビスコ	クリームサンド ボルシチ　牛乳 デコポン	バナナ	ぶた中型種、かた(脂身つき、生)　普通牛乳100	ビスケット(ソフト)　クリームパン　じゃがいも(塊茎、生)　オリーブ油	にんじん(根、皮つき、生)　キャベツ(結球葉、生)　トマト缶詰(ホール、食塩無添加)　にんにく(りん茎、生)　たまねぎ(りん茎、生)　ぽんかん(砂じょう、生)　バナナ(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：538kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：15.9g 脂質：21g	ｶﾙｼｳﾑ：173mg 食塩相当量：1.1g
17	日								
18	月	牛乳 動物ビスケット	中華スープ　ささ身揚げ 春菊のお浸し　ご飯 みかん	気になる野菜（アップル＆キャロット） 蒸しパン	普通牛乳100　鶏肉、ひき肉(生)　若鶏、ささ身(生)　鶏卵、全卵(生)　普通牛乳	ビスケット(ソフト)　緑豆はるさめ(乾)　プレミックス粉(てんぷら用)　サフラワー油(ハイオレイック)　ドレッシングタイプ和風調味料　水稲穀粒(精白米)　プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、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)　えのきたけ(生)　しゅんぎく(葉、生)　うんしゅうみかん・じょうのう(普通、	ｴﾈﾙｷﾞｰ：650kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19.5g 脂質：16.7g	ｶﾙｼｳﾑ：224mg 食塩相当量：1.8g
19	火	リンゴジュース アンパンマンせんべい	焼肉　ビーフンソテー ブロッコリー　ご飯　玉ねぎ汁 いちご	ジョア（ブルーベリー） 星たべよ	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生)　ベーコン(ロース)　かつお節　油揚げ　米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい)　ビーフン　オリーブ油　マヨネーズ(全卵型)　水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生)　キャベツ(結球葉、生)　にら(葉、生)　たまねぎ(りん茎、生)　ブロッコリー(花序、生)　いちご(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：565kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.2g 脂質：13g	ｶﾙｼｳﾑ：328mg 食塩相当量：1.1g
20	水	なかよしヨーグルト	焼き魚（鮭）　スパゲティサラダ じゃがバター　ご飯　大根汁 オレンジ	牛乳 ワッフル	べにざけ(生)　まぐろ類缶詰(水煮、フレーク、ライト)　油揚げ　かつお節　米みそ(甘みそ)　普通牛乳100	マカロニ・スパゲッティ(乾)　マヨネーズ(全卵型)　じゃがいも(塊茎、生)　有塩バター　水稲穀粒(精白米)　ワッフル(カスタードクリーム入り)	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(果実、生)　だいこん(根、皮つき、生)　バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：551kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.6g 脂質：18.8g	ｶﾙｼｳﾑ：259mg 食塩相当量：0.7g
21	木	麦茶 バナナ	五目昆布煮　野菜キッシュ かぶ汁　ご飯 いよかん	牛乳 お好み焼き	ぶた大型種、かた(脂身つき、生)　黄だいず(水煮缶詰)　鶏卵、全卵(生)　かつお節　米みそ(甘みそ)　油揚げ　普通牛乳100　ベーコン(ベーコン)	車糖(三温糖)　無塩バター　薄力粉(1等)　水稲穀粒(精白米)　マヨネーズ(全卵型)	バナナ(生)　まこんぶ(素干し)　にんじん(根、皮つき、生)　ごぼう(根、生)　たまねぎ(りん茎、生)　ほうれんそう(葉、通年平均、生)　かぶ(葉、生)　かぶ(根、皮つき、生)　いよかん(砂じょう、	ｴﾈﾙｷﾞｰ：558kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.4g 脂質：16.6g	ｶﾙｼｳﾑ：308mg 食塩相当量：1.5g
22	金	食堂ごっこ（おにぎり　ビーフンソテー　野菜生活 照り焼きチキン　さつまいもスティック たくあん　フルーツポンチ　）		牛乳 黒糖ミルクせんべい	ベーコン(ロース)　かつお節　若鶏、もも(皮つき、生)　普通牛乳100	水稲穀粒(精白米)　ビーフン　オリーブ油　サフラワー油(ハイオレイック)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　ざらめ糖(グラニュー糖)　米菓(塩せんべい)	乾燥わかめ(素干し)　にんじん(根、皮つき、生)　キャベツ(結球葉、生)　にら(葉、生)　しょうが(根茎、生)　にんにく(りん茎、生)　もも(缶詰、白肉種、果肉)　パインアップル(缶詰)　なつみかん	ｴﾈﾙｷﾞｰ：520kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：16.4g 脂質：19.1g	ｶﾙｼｳﾑ：171mg 食塩相当量：1.5g
23	土	カルピス ハッピーターン	ソフトフランス（あんバターパン） きのこソテー　牛乳 宇和ゴールド	なかよしプリン ゴマせんべい	ベーコン(ベーコン)　普通牛乳100	乳酸菌飲料(乳製品)　米菓(塩せんべい)　あんパン　無塩バター　じゃがいも(塊茎、生)　有塩バター	ほうれんそう(葉、通年平均、生)　たまねぎ(りん茎、生)　ぶなしめじ(生)　エリンギ(生)　えのきたけ(生)　グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：484kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：12.3g 脂質：18.1g	ｶﾙｼｳﾑ：192mg 食塩相当量：1.3g
24	日								
25	月	麦茶 いちご	ブロッコリーカレー　シーザーサラダ さつま芋チップ　ご飯 牛乳　清美オレンジ	ヨーグルトムース ふくべ煎	ぶた大型種、かた(脂身つき、生)　ハム(ロース)　ナチュラルチーズ(パルメザン)　普通牛乳100　ヨーグルト(全脂無糖)　クリーム(植物性脂肪)　普通牛乳1リットル　ゼラチン	じゃがいも(塊茎、生)　マヨネーズ(全卵型)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　サフラワー油(ハイオレイック)　水稲穀粒(精白米)　車糖(三温糖)　米菓(塩せんべい)	いちご(生)　ぶなしめじ(生)　たまねぎ(りん茎、生)　ブロッコリー(花序、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(果実、生)　レタス(土耕栽培、結球	ｴﾈﾙｷﾞｰ：651kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：18.2g 脂質：27.3g	ｶﾙｼｳﾑ：291mg 食塩相当量：1.7g
26	火	牛乳 チーズせんべい	油淋鶏　小松菜和え 大根煮　ニラ玉汁　ご飯 デコポン	ヤクルト ぽたぽた焼き	普通牛乳1リットル　若鶏、もも(皮つき、生)　かつお節　鶏卵、全卵(生)　米みそ(甘みそ)	米菓(揚げせんべい)　サフラワー油(ハイオレイック)　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)	しょうが(根茎、生)　にんにく(りん茎、生)　根深ねぎ(葉、軟白、生)　和種なばな(花らい、茎、生)　えのきたけ(生)　にんじん(根、皮つき、生)　にら(葉、生)　ぽんかん(砂じょう、生)　だいこん(根、	ｴﾈﾙｷﾞｰ：541kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：20.7g 脂質：17.1g	ｶﾙｼｳﾑ：205mg 食塩相当量：1.1g
27	水	ジョア（ストロベリー） 卵サブレ	酢豚　半月卵 ベイクドじゃが　ご飯　もずくスープ 宇和ゴールド	牛乳 ピザトースト	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生)　鶏卵、全卵(生)　普通牛乳100　ナチュラルチーズ(パルメザン)　ベーコン(ベーコン)	サブレ　でん粉(じゃがいもでん粉)　サフラワー油(ハイオレイック)　車糖(三温糖)　じゃがいも(塊茎、生)　水稲穀粒(精白米)　食パン	たまねぎ(りん茎、生)　にんじん(根、皮つき、生)　青ピーマン(果実、生)　たけのこ(水煮缶詰)　もずく(塩蔵、塩抜き)　根深ねぎ(葉、軟白、生)　あおのり(素干し)　グレープフルーツ(白肉種、砂じょ	ｴﾈﾙｷﾞｰ：703kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：24.1g 脂質：25.3g	ｶﾙｼｳﾑ：509mg 食塩相当量：1.4g
28	木	スポロン ぱかうけ	ブリの照り焼き　マセドアンサラダ 小松菜汁　ご飯 いちご	牛乳 クラッカー	ぶり(成魚、生)　ハム(ロース)　かつお節　米みそ(甘みそ)　普通牛乳100	米菓(塩せんべい)　さつまいも(塊根、皮むき、生)　マヨネーズ(全卵型)　ドレッシングタイプ和風調味料　焼きふ(観世ふ)　水稲穀粒(精白米)　クラッカー(ソーダ)	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(果実、生)　ひじき(ほしひじき)　こまつな(葉、生)　いちご(生)	ｴﾈﾙｷﾞｰ：554kcal ﾀﾝﾊﾟｸ：19.1g 脂質：14.5g	ｶﾙｼｳﾑ：238mg 食塩相当量：1.6g

給食MEMO

2日　豆まき
11日　建国記念の日
15日　お誕生会
22日　食堂ごっこ

※1歳6か月未満の子は、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。