

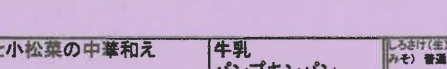
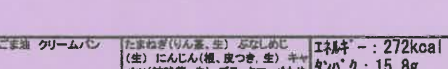



令和2年9月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 火	タラの菜種焼き 切干大根の中華和え きやべつ汁 巨峰	非常食用おやつ (麦茶・おにぎり)	なたら(生) 鶏卵(全卵)(生) 菜種油 かつお節 米みそ(甘みそ)	マヨネーズ(全卵製) ごま油 米菓 (塩せんべい)	こまつな(葉、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) 切干大 根(乾燥) キャベツ(結球葉、生) ぶどう(皮なし、生)	エネルギー：291kcal タンパク：14.7g 脂質：9.6g カルシウム：113mg 食塩相当量：1.4g
2 水	花シュウマイ 三色和え みつ葉のかき玉汁 オレンジ	牛乳 揚げパン	なたら(生) 鶏卵(全卵) かつお節 米みそ(甘みそ) 鶏卵(全卵) (生) 普通牛乳100 きな粉(全粒大 豆、黄大豆)	しょうが(根茎、生) でん粉(じゃ がいもでん粉) 車輪(三温糖) コッ ペパン サラダ油(ハイオレイック)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん ご、生) こまつな(葉、生) スイ ートコーン(未熟種子、ゆで) にんじ ん(根、皮つき、生) 糸みつば(葉、生) パルンシアオレング(炒じょう、生)	エネルギー：388kcal タンパク：16.1g 脂質：18.3g カルシウム：206mg 食塩相当量：1.2g
3 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 わかめスープ ブロッコリー パナナ	牛乳 ビスコ	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) 糸引き納 豆 プロセスチーズ 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵製) さつまいも(焼 き、皮むき、生) 車輪(三温糖) ご ま(白) ビスケット(ソフト)	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) 下んじん (根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、 連根平均、生) わかめ(乾燥、生) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生)	エネルギー：420kcal タンパク：16.6g 脂質：19.1g カルシウム：262mg 食塩相当量：1.3g
4 金	秋ナス入りナポリタン レバーの竜田揚げ 牛乳 いんげん ゴールデンキウイ	ジョア(プレーン) かぼちゃの カップケーキ	ハム(ローズ) ナチュラルチーズ(パ ルメザン) ぶた(豚) 卵(生) 普通牛 乳100 普通牛乳 鶏卵(全卵)(生)	マカロニス(パグエティ) でん粉 (じゃがいもでん粉) サラダ油(ハ イオレイック) マヨネーズ(全卵製) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩 バター	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) トマト缶詰(ホール、食 塩無添加) 青ピーマン(果実、生) な す(果実、生) さやいんげん(若さ や、生) ゴールデンキウイ 日本か ぼちゃ	エネルギー：697kcal タンパク：30.4g 脂質：23.5g カルシウム：517mg 食塩相当量：1.2g
5 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ココロスープ 牛乳 グレープフルーツ	なかよしプリン うす焼きせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	ココロプリン いちご(ソフト、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) オ リーブ油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りんご、生) キヤベツ(結球 葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(ニン、皮つき、生) グレープ フルーツ(白肉種、炒じょう、生)	エネルギー：512kcal タンパク：13.9g 脂質：17.2g カルシウム：205mg 食塩相当量：3.3g
8 日						
7 月	きのこカレー コールスローサラダ 牛乳 チーズ 梨	手作り軟むヨーグルト ムーンライト	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) ハム(ロー ス) 普通牛乳100 プロセスチーズ ヨーグルト(全粒無糖) 普通牛乳1 リットル	じゃがいも(焼、皮なし、生) マヨ ネーズ(全卵製) 乳酸菌飲料(乳製 品) ビスケット(ソフト)	マッシュルーム(生) ぶなめ(生) たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) スイートコーン(未熟種 子、ゆで) きゅうり(果実、生) キヤ ベツ(結球葉、生) 日本なし(生)	エネルギー：463kcal タンパク：16.1g 脂質：24.9g カルシウム：338mg 食塩相当量：2g
8 火	カレイの煮付け マセドアンサラダ なす汁 ブロッコリー オレンジ	牛乳 クラッカー	鶏卵(全卵) ハム(ローズ) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛 乳100 鶏卵(全卵) ベーコン (ベーコン)	鶏卵(三温糖) さつまいも(焼、皮 むき、生) マヨネーズ(全卵製) ド レッシングタイプ和風調味料 薄力 粉(1等)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) キヤベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(食 べ、生) なす(果実、生) ブロッ コリー(花序、生) パルンシアオレング	エネルギー：379kcal タンパク：19.9g 脂質：16.7g カルシウム：235mg 食塩相当量：1.3g
9 水	チキンカツ キャベツ和え コンソープ 金時豆 ゴールデンキウイ	牛乳 手作りラスク	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) 鶏卵(全 卵)(生) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100	パルン(生) 薄力粉(1等) サラ ダ油(ハイオレイック) 車輪(三温 糖) 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	キャベツ(結球葉、生) スイートコー ン(未熟種子、ゆで) にんじん(根、 皮つき、生) ブロッコリー (花序、生) たまねぎ(りんご、生) ゴールデンキウイ	エネルギー：533kcal タンパク：22.7g 脂質：23.7g カルシウム：191mg 食塩相当量：2.1g
10 木	きんぴらごぼう ブロッコリーキッシュ なめこ汁 大学芋 巨峰	ヤクルト ばかうけ	ぶた(豚) かつお節(焼) 鶏卵(全卵) (生) 鶏卵(全卵)(生) 米みそ(甘 みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) さつまいも(焼、皮 むき、生) マヨネーズ(全卵製) ド レッシングタイプ和風調味料 薄力 粉(1等) さつまいも(焼、 皮むき、生) はちみつ 米菓(塩 せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう (根、生) ブロッコリー(花序、生) な めこ(水浸、豆) 糸みつば(葉、生) ぶどう(皮なし、生)	エネルギー：399kcal タンパク：11.4g 脂質：12.3g カルシウム：119mg 食塩相当量：1.8g
11 金	きのこご飯 カツオの竜田揚げ 玉ねぎ汁 青菜和え フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	油揚げ 鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛 乳100	水餃子(焼) でん粉(じゃがい もでん粉) サラダ油(ハイオレイ ック) ショートケーキ	えのきたけ(生) まいたけ(生) にん じん(根、皮つき、生) にんにく(ニン 、皮つき、生) しょうが(根茎、生) たま ねぎ(りんご、生) こまつな(葉、生) プ ラックマツモやし(生) ぶどう(皮 なし、生)	エネルギー：678kcal タンパク：27.7g 脂質：25.3g カルシウム：240mg 食塩相当量：0.8g
12 土	コッペパンxスラッパージュ 牛乳 ポパイサラダ グレープフルーツ	りんごゼリー 田舎おかき	ぶた(豚) 鶏卵(全卵) 普通牛乳100	ココロプリン ごま油 車輪(三温糖) パルン(乾) ドレッシングタイプ和 風調味料 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りんご、生) にんにく(ニン 、皮つき、生) しょうが(根茎、生) 青 ピーマン(果実、生) ほうれんそう(葉、 連根平均、生) にんじん(根、皮つき、 生) ブロッコリー(花序、生) グレー	エネルギー：444kcal タンパク：14.1g 脂質：8.6g カルシウム：174mg 食塩相当量：1.7g
13 日						
14 月	さつま芋シチュー 竹輪煮 牛乳 ブロッコリー りんご	フルーツヨーグルト 小魚アーモンド	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) 鶏卵(全 卵)(生) 普通牛乳100 ヨー グルト(全粒無糖) いか(あめ煮)	じゃがいも(焼、皮なし、生) さつま 芋(焼、皮むき、生) 車輪(三温 糖) でん粉(じゃがいもでん粉) マヨ ネーズ(全卵製) アーモンド(フライ、 焼付け)	たまねぎ(りんご、生) にんじん(根、 皮つき、生) キヤベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(食 べ、生) うんしゅのみかん缶詰(果実、 生) (缶詰、白肉種、果実) パナナ	エネルギー：344kcal タンパク：12.8g 脂質：13.6g カルシウム：210mg 食塩相当量：0.7g
15 火	白身魚のタルタルソース 水菜和え なす汁 ゴールデンキウイ	スポロン 黒糖ミルクせんべい	ぶた(豚) 鶏卵(全卵) ハム (ローズ) 油揚げ かつお節 米みそ (甘みそ) 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) サラ ダ油(ハイオレイック) マヨネーズ (全卵製) ドレッシングタイプ和風調 味料 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) にんじん(根、 皮つき、生) プラックマツモやし(生) みずな(葉、生) なす(果実、生) ゴールデンキウイ	エネルギー：360kcal タンパク：17.1g 脂質：14g カルシウム：159mg 食塩相当量：1.3g
16 水	鶏のから揚げ 和風ポテサラ しめじ汁 梨 かぼちゃのチーズ焼き	牛乳 ドッグパン	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) 鶏卵(全 卵)(生) 普通牛乳100 鶏卵(全 卵) ソーゼ(ワインナー)	サラダ油(ハイオレイック) でん 粉(じゃがいもでん粉) じゃがいも(焼 き、皮なし、生) マヨネーズ(全卵製) ココロパン	しょうが(根茎、生) にんにく(ニン 、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、 生) スイートコーン(未熟種子、ゆ で) (果実、生) こまつな(葉、生) ぶ どう(皮なし、生) 日本なし(生) 日本か ぼちゃ	エネルギー：641kcal タンパク：28.1g 脂質：35g カルシウム：192mg 食塩相当量：2.3g
17 木	親子煮 塩昆布漬け きのこ汁 パナナ	牛乳 スイートポテ	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) なたら (生) 普通牛乳100 ホイップクリ ーム(植物性脂肪)	車輪(三温糖) さつまいも(焼、皮 むき、生) 有塩バター	たまねぎ(りんご、生) さやいんげん (若さや、生) キヤベツ(結球葉、生) 塩昆布 にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) え のきたけ(生) 根菜おぎ(葉、乾、白)	エネルギー：334kcal タンパク：14.6g 脂質：14.2g カルシウム：180mg 食塩相当量：1.5g
18 金	五目そうめん ひじきと炒り豆腐 牛乳 ブロッコリー オレンジ	ジョア(マスカット) 雷の宿せんべい	かつお節 なたら 鶏卵(全卵) 鶏卵 (全卵)(生) 焼き竹輪 水餃子 普通 牛乳100	そうめん ひやむぎ(乾) 車輪(三温 糖) マヨネーズ(全卵製) 米菓(塩 せんべい)	鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵)(生) にんじん (根、皮つき、生) たまねぎ(りんご、 生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン(未熟種子、ゆで) きゅ うり(果実、生) こまつな(葉、生) ひ じき(生) ブロッコリー(花序、生) パ ルンシアオレング(炒じょう、生)	エネルギー：459kcal タンパク：23.4g 脂質：12.7g カルシウム：550mg 食塩相当量：2.5g
19 土	食パン(ジャム&マーガリン) グラタン 牛乳 グレープフルーツ	野菜生活 チョイス	ベーコン(ベーコン) プロセスチーズ 普通牛乳 普通牛乳200	食パン 有塩バター 薄力粉(1等) いちご(ジャム、低糖度) ソフトタイ プマーガリン(家庭用) ビスケット(ソ フト)	たまねぎ(りんご、生) ぶなめ(生) (生) グレープフルーツ(白肉種、炒 じょう、生)	エネルギー：762kcal タンパク：21.9g 脂質：35.8g カルシウム：373mg 食塩相当量：2.9g
20 日						
21 月	敬老の日					
22 火	秋分の日					
23 水	鮭のホイル焼き もやしと小松菜の中華和え かぶ汁 オレンジ	牛乳 パンキンパン	しらさぎ(生) かつお節 米みそ(甘 みそ) 普通牛乳100	有塩バター ごま油 クリーム(ハ ン)	たまねぎ(りんご、生) ぶなめ(生) (生) にんじん(根、皮つき、生) キヤ ベツ(結球葉、生) プラックマツモやし (生) こまつな(葉、生) かぶ(葉、 生) かぶ(根、皮つき、生) パルン	エネルギー：272kcal タンパク：15.8g 脂質：10.7g カルシウム：254mg 食塩相当量：0.8g
24 木	じゃが芋のひき肉煮 半月卵 パンキンスープ ほうれん草のお浸し りんご	麦茶 おはぎ	ぶた(豚) 鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵) (生) ナチュラルクリーム(植物性脂 肪) あずき(全粒、乾) きな粉(全粒 大豆、黄大豆)	じゃがいも(焼、皮なし、生) 車輪 (三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) サラダ油(ハイオレイック) 水餃 子(焼) (白米)	にんじん(根、皮つき、生) 日本かぼ ちゃ(果実、生) ほうれんそう(葉、 連根平均、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：473kcal タンパク：17.1g 脂質：14.5g カルシウム：83mg 食塩相当量：1.6g
25 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 じゃがバター 梨	ミルク ぱりんこ	ぶた(豚) 鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵) (生) 普通牛乳100	高し中華めん サラダ油(ハイオ レイック) 車輪(三温糖) じゃがい も(焼、皮なし、生) 有塩バター 米 菓(塩せんべい)	あおさ(葉干し) たまねぎ(りんご、 生) 青ピーマン(果実、生) にんじん (根、皮つき、生) キヤベツ(結球葉、 生) 日本なし(生)	エネルギー：497kcal タンパク：17.6g 脂質：19.5g カルシウム：247mg 食塩相当量：0.9g
26 土	親子運動会					
27 日						
28 月	むらも汁 ささ身揚げ 牛乳 ブロッコリーのなめたけ和え りんご	なかよしヨーグルト 卵サブレ	かつお節 高し中華めん 鶏卵(全卵) (生) 車輪、ささ身(生) 普通牛乳 100	じゃがいも(焼、皮なし、生) プレ ミックス粉(たんぷら用) サラダ油 (ハイオレイック) サブレ	にんじん(根、皮つき、生) 根菜おぎ (葉、乾、白) ぶなめ(生) フ ロココリー(花序、生) えのきたけ(軟 付け) りんご(皮むき、生)	エネルギー：437kcal タンパク：22.2g 脂質：17.7g カルシウム：231mg 食塩相当量：1.2g
29 火	さんまの甘煮 かみかみサラダ まいたけ汁 トマト パナナ	牛乳 十五夜まんじゅう	さんま(皮つき、生) 鶏卵(全卵) ささ 身(生) 鶏卵(全卵)(生) 普通牛乳 100 ちりめん小豆(生)	車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵製) ドレッシングタイプ和風調味料 薄力 粉(1等)	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、 生) にんじん(根、皮つき、生) ご ぼう(根、生) まいたけ(生) 赤色ト マト(果実、生) パナナ(生) 日本かぼ ちゃ(果実、生)	エネルギー：382kcal タンパク：17.5g 脂質：19.4g カルシウム：165mg 食塩相当量：1g
30 水	畑のミートローフ スパゲティサラダ もずくスープ オレンジ こぶきいも	牛乳 ミルクリッチ	ぶた(豚) 鶏卵(全卵) 鶏卵(全卵) (生) 鶏卵(全卵)(生) 鶏卵(全卵) (生) 普通牛乳100	車輪(三温糖) マカロニス(パグエ ティ) (乾) マヨネーズ(全卵製) じゃがい も(焼、皮なし、生) 有塩バター ク リーム(ハン)	たまねぎ(りんご、生) 日本かぼ ちゃ(果実、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) も ずく(乾燥、塩漬) 根菜おぎ(葉、乾)	エネルギー：545kcal タンパク：23.6g 脂質：24.7g カルシウム：211mg 食塩相当量：1g

給食MEMO
 1日(火) 防災の日(非常食用のおやつを提供します)
 11日(金) お誕生会
 21日(月) 敬老の日
 22日(火) 秋分の日
 26日(土) 運動会

材料の都合により献立が変わることがあります。



令和2年9月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

Table with columns: 日曜 (Day/Week), 献立名 (Menu Name), 献立名 (Menu Name), あか (Red), 黄 (Yellow), みどり (Green), 栄養価 (Nutritional Value). Rows include breakfast, lunch, and dinner items like 'タラの菜種焼き' and 'バナナ'.

給食MEMO

- 1日(火) 防災の日(非常食用のおやつを提供します)
11日(金) お誕生会
21日(月) 敬老の日
22日(火) 秋分の日
26日(土) 運動会

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。

