

# 令和元年6月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

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			
1 土	ヤクルト せんべい	レーズンパン ミネストローネ 牛乳 メロン	バナナ	ベーコン だいず缶 牛乳	米菓 コッパン ジャがいも マカロニ	干しぶどう たまねぎ にんじん トマト缶 詰 にんにく トマトジュース メロン パ ナナ	エネルギー：377kcal タンパク：10.8g 脂質：7g	食塩相当量： 1.4g	プール開き
2 日									園舎清掃
3 月	ジュース せんべい	ブロッコリーカレー 小女子の 甘煮 牛乳 キウイ ご飯	ヨーグルト ビスケット	ぶたかた いかご 牛乳 かつおいわ し	果汁入り飲料 米菓 ジャがいも 油 三 温糖 精白米	たまねぎ にんじん ブロッコリー にん じく しょうが キウイフルーツ	エネルギー：403kcal タンパク：14.3g 脂質：8.9g	食塩相当量： 1.1g	
4 火	牛乳 Feウエハース	鶏肉のオレンジ煮 もやし和え なめこ汁 甘夏 ご飯	麦茶 大学芋(★)	牛乳 鶏もも かに風味かまぼこ 絹ご し豆腐 米みそ かつお節	ウエハース 有塩バター ドレッシング 精白米 さつまいも 三温糖 ごま	バレンシアオレンジ ブラックマッペもや し きゅうり スイートコーン缶 なめこ 根 深ねぎ なつみかん	エネルギー：345kcal タンパク：11.8g 脂質：12.5g	食塩相当量： 0.9g	
5 水	プリン	焼き魚 ポテトサラダ 豆腐汁 バナナ ご飯	牛乳 スパゲッティ パン(★)	ペにぎげ かつお缶詰 プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 牛乳 ベーコン	ジャがいも マヨネーズ 精白米 スパ ゲッティ オリーブ油 コッパン 三温 糖	きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 たまねぎ 乾燥わかめ バナナ 青ピー マン マッシュルーム缶 トマトジュース	エネルギー：527kcal タンパク：19.1g 脂質：18.3g	食塩相当量： 1.6g	
6 木	麦茶 麩菓子	金平ごぼう 野菜入り玉子焼 き 青菜汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶたロース さつま揚げ 鶏卵 プロセス チーズ 削り節 米みそ	かりんとう しらたき ごま 三温糖 油 焼きふ 水稲精白米 米菓	ごぼう れんこん にんじん たまねぎ こまつな バレンシアオレンジ	エネルギー：344kcal タンパク：10.6g 脂質：6.9g	食塩相当量： 1.2g	
7 金	牛乳 せんべい	豚おろしそうめん 揚げ出し豆 腐 野菜生活 スイカ	牛乳 クッキー	牛乳 ぶたひき肉 凍り豆腐	米菓 そうめん 三温糖 ジャがいもでん 粉 油 ビスケット	だいこん あまのり すいか	エネルギー：519kcal タンパク：21.5g 脂質：21.7g	食塩相当量： 2.3g	誕生会
8 土	麦茶 ビスケット	ミルクリッチ きのこソテー 牛 乳 甘夏	ジュース せんべい	ベーコン 牛乳	ビスケット クリームパン 無塩バター 米菓	にんじん たまねぎ ぶなしめじ えのき たけ エリンギ こまつな なつみかん	エネルギー：453kcal タンパク：12.6g 脂質：17.4g	食塩相当量： 1.3g	
9 日									
10 月	ジュース せんべい	アスパラシチュー 竹輪と厚揚 げの煮物 牛乳 キウイ ご飯	ヨーグルト ビスケット	鶏もも 牛乳 焼き竹輪 生揚げ 牛乳	果汁入り飲料 米菓 ジャがいも 有塩 バター 薄力粉 三温糖 精白米 ビス ケット	アスパラガス たまねぎ にんじん ス イートコーン缶 キウイフルーツ	エネルギー：530kcal タンパク：15.8g 脂質：14.8g	食塩相当量：1g	
11 火	牛乳 Feウエハース	タンドリーチキン シーザーサ ラダ 青菜汁 オレンジ ご飯	スポロン せんべい	鶏もも ヨーグルト ハム パルメザン 削り節 みそ	マヨネーズ 焼きふ 精白米 米菓	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ スイートコーン缶 にんじん きゅうり こ まつな バレンシアオレンジ	エネルギー：349kcal タンパク：11.4g 脂質：9.7g	食塩相当量： 1.1g	
12 水	ゼリー	かつおのフライ 土佐和え え のき汁 スイカ ご飯	牛乳 エッグパン (★)	かつお かつお節 米みそ 牛乳 鶏卵	薄力粉 卵粉 油 精白米 ロールパ ン ジャがいも マヨネーズ	しょうが ほうれんそう にんじん スイ トコーン缶 わかめ えのきたけ たまね ぎ カットわかめ すいか きゅうり	エネルギー：449kcal タンパク：16.4g 脂質：12.8g	食塩相当量： 1.4g	
13 木	麦茶 せんべい	ジャがいものひき肉煮 スクラ ンブルエッグ 豆腐汁 メロン ご飯	ジョア ココアとバナナの スコーン(★)	鶏ひき肉 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ	塩せんべい ジャがいも こんにやく 三 温糖 ジャがいもでん粉 油 有塩バ ター 精白米 プレミックス粉 ミルクチョ コレート 豆乳	にんじん たまねぎ さやいんげん 乾 燥わかめ メロン バナナ	エネルギー：523kcal タンパク：21g 脂質：12.4g	食塩相当量： 1.3g	
14 金	牛乳 クラッカー	焼きそば ウインナー 牛乳 甘夏 ご飯	プリン せんべい	牛乳 ぶたかた ソーセージ	クラッカー 蒸し中華めん 油 精白米 塩せんべい	もやし たまねぎ にんじん キャベツ あおさ なつみかん	エネルギー：542kcal タンパク：16.6g 脂質：20.8g	食塩相当量： 1.4g	
15 土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス甘バター コーン サラダ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	牛乳	ビスケット クリームパン マカロニ マヨ ネーズ 米菓	スイートコーン缶 にんじん きゅうり フ ロッキー バレンシアオレンジ	エネルギー：365kcal タンパク：9.1g 脂質：13.8g	食塩相当量： 0.8g	

