

5月 献立表 乳児

へきなんこども園

日付	午前のおやつ	食事	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
7(火)	人参スティック	米粉ロールパン、鶏のからあげ、茹で野菜のサラダ、トマト、スプーン、牛乳	ロールケーキ、ヤクルト	鶏もも皮つき(若鶏)、ハム(ロース)、ベーコン(豚)、牛乳	米粉のロールパン、かたくり粉、サラダ油、ごまドレッシング、はるさめ	にんじん、しょうが、キャベツ、とうもろこし(ホルカ-ネ)、きゅうり、トマト、たまねぎ、チンゲンサイ	431kcal 13.8g 17.0g
8(水)	かっぱえびせん	ごはん、ごまじお、魚の煮つけ、かぼちゃの煮物、みそ汁、お茶	人参ヨーグルトケーキ	赤魚、生揚げ、みそ(米) 赤色辛みそ、かつお節、ヨーグルト(プレーン)、鶏卵(全卵・生)	米・精白米、三温糖、サラダ油、薄力粉(1等)	しょうが、かぼちゃ、なす、大根、ねぎ(葉ねぎ)、えのきたけ、にんじん、レモン(果汁)	408kcal 12.2g 8.9g
9(木)	ぼたぼた焼き	焼きそば、ごぼうときゅうりのサラダ、オレンジ、牛乳	ココナッツサブレ、牛乳	豚もも 脂付、かまぼこ(蒸し)、いか、ツナ缶(油漬フレーク)、ホワイト、ハム(ロース)、牛乳、牛乳(おやつ)	ぼたぼた焼き、焼きそば、サラダ油、マヨネーズ(全卵型)	キャベツ、もやし(大豆)、にんじん、ピーマン、ごぼう、きゅうり、とうもろこし(ホルカ-ネ)、オレンジ(パレンシア)	317kcal 11.0g 15.8g
10(金)	星たべよ	黒糖ロールパン、鮭のフライ、オーロラソース、せん野菜、トマト、ミルクスープ、牛乳	するめ、一口チーズ	さけ、鶏卵(全卵・生)、ツナ缶(油漬フレーク)、ソーセージ(ウイナ)、牛乳、生クリーム、するめ、一口チーズ	星たべよ、黒糖ロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、マヨネーズ(卵黄型)、じゃがいも	きゅうり、大根、とうもろこし(ホルカ-ネ)、トマト、チンゲンサイ、たまねぎ	395kcal 19.0g 21.0g
11(土)	ジュース	親子丼、青菜の和え物、ヨーグルト、牛乳	せんべい	鶏もも皮つき(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、かまぼこ(蒸し)、刻みのり、牛乳	米・精白米、せんべい	たまねぎ、こまつな、もやし(大豆)	455kcal 17.2g 10.2g
13(月)	サッポロポテト	七分付き玄米、ホイコーロー、卵スープ、お茶	バタースティックパン、ヤクルト	豚もも 脂付、みそ(米) 赤色辛みそ、鶏卵(全卵・生)、豆腐(絹ごし)、カットわかめ	米・七分つき米、三温糖、バタースティックパン	にんじん、キャベツ、ピーマン、たまねぎ、かぶ、根	464kcal 15.3g 10.9g
14(火)	さつま芋スティック	バターロールパン、豆腐の真砂揚げ、キャベツサラダ、トマト、牛乳、中華スープ	しるこスティック、まめぴよ	豆腐(木綿)、鶏ひき肉、さくらえび、しらす干し、鶏卵(全卵・生)、牛乳、ベーコン(豚)	さつまいも、バターロールパン、かたくり粉、コンドレッシング	にんじん、ねぎ(葉ねぎ)、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホルカ-ネ)、トマト、大根、もやし(大豆)、チンゲンサイ	333kcal 12.5g 13.8g
15(水)	おにぎりせんべい	ドライカレー、野菜スープ、オレンジ、お茶	ヨーグルトゼリー	豚ひき肉、チーズ(ハルサン)、ヨーグルト(プレーン)、牛乳、ゼラチン	おにぎりせんべい、米・精白米、じゃがいも、三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、レーズン、かぼちゃ、とうもろこし(クリーム状)、パセリ、オレンジ(パレンシア)、もも缶詰(果肉入り)、果肉、みかん缶詰(果肉)	362kcal 10.7g 6.8g
16(木)	動物ビスケット	豚肉の柳川風、鶏肉とブロッコリーの和風マヨネーズ、お茶	野菜スティックパン、牛乳	豚肩ロース 脂付、鶏卵(全卵・生)、かつお節、生揚げ、鶏むね皮なし(若鶏)、牛乳(おやつ)	米・精白米、三温糖、マヨネーズ(卵黄型)、砂糖・上白糖、野菜スティックパン	たまねぎ、にんじん、ごぼう、ブロッコリー	501kcal 19.5g 21.8g
17(金)	まがりせんべい	白い食卓ロール、揚げ魚のレモン風味、アスパラサラダ、トマト、カレースープ、牛乳	するめ、一口チーズ、まめぴよ	赤魚、ソーセージ(ウイナ)、牛乳、するめ、一口チーズ	まがりせんべい、白い食卓ロール、かたくり粉、三温糖、サラダ油、マヨネーズ(卵黄型)、じゃがいも	レモン(果汁)、アスパラ(グリーン)、にんじん、とうもろこし(ホルカ-ネ)、トマト、たまねぎ、パセリ	394kcal 14.6g 16.7g
18(土)	ジュース	カレーライス、ポテトサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚もも 脂付、牛乳	米・精白米、じゃがいも、マヨネーズ(全卵型)、せんべい	にんじん、たまねぎ、きゅうり	657kcal 14.7g 24.2g
20(月)	ハードビスケット	マーボー、春雨サラダ、バナナ、お茶	小豆バタースティックパン、牛乳	豆腐(木綿)、豚ひき肉、みそ(米) 赤色辛みそ、ハム(ロース)、牛乳(おやつ)	米・七分つき米、ごま油、三温糖、かたくり粉、はるさめ、砂糖・上白糖、小豆バタースティックパン	たまねぎ、なす、れんこん(ゆで)、ねぎ(葉ねぎ)、にら、ピーマン、にんじん、しょうが、もやし(大豆)、きゅうり、バナナ	528kcal 15.9g 14.8g
21(火)	人参スティック	米粉ロールパン、一口カツ、キャベツサラダ、トマト、中華スープ、牛乳	ココナッツサブレ、まめぴよ	鶏もも皮つき(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、豆腐(木綿)、カットわかめ、牛乳	米粉のロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、サラダ油、コンドレッシング	にんじん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホルカ-ネ)、トマト、チンゲンサイ	474kcal 19.6g 21.2g
22(水)	ハーベスト	五目ごはん、ブロッコリーとちくわのサラダ、豚汁、お茶	パンナコッタ	鶏むね皮つき(若鶏)、焼き、油あげ、かつお節、竹輪(焼き竹輪)、豆腐(木綿)、豚もも 脂付、カットわかめ、みそ(米) 赤色辛みそ、お豆腐、牛乳、生クリーム	米・精白米、こんにやく(板)、ごまドレッシング、三温糖	ごぼう(ゆで)、にんじん、しいたけ(干、乾)、ブロッコリー、とうもろこし(ホルカ-ネ)、ごぼう、大根	376kcal 13.6g 13.8g
23(木)	しるこスティック	ナポリタン、パゲティ、かぼちゃのごまマヨネーズ、バナナ、牛乳	ミルクスティックパン	ソーセージ(ウイナ)、豚もも 脂付、チーズ(ハルサン)、牛乳	スパゲティ、サラダ油、さつまいも、マヨネーズ(卵黄型)、すりいりごま、ミルクスティックパン	たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、ブロッコリー、バナナ	515kcal 14.8g 17.3g
24(金)	サッポロポテト パーベキュー風味	食パン、イチゴジャム、魚のステーキソース、粉ふき芋、トマト、豆乳スープ、牛乳	するめ、一口チーズ	ホキ、ベーコン(豚)、豆乳(調製)、生クリーム、牛乳、するめ、一口チーズ	食パン、かたくり粉、三温糖、サラダ油、じゃがいも、さつまいも、マーガリン(リフトタイプ)	いちごジャム、たまねぎ、トマト、かぼちゃ、チンゲンサイ、マッシュルーム(ゆで)、しめじ(ぶなしめじ)	328kcal 12.6g 12.9g
25(土)	ジュース	中華丼、春雨サラダ、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豚もも 脂付、ハム(ロース)、牛乳	米・精白米、はるさめ(緑豆)、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	たけのこ(ゆで)、しいたけ(干、乾)、にんじん、たまねぎ、はくさい、チンゲンサイ、とうもろこし(ホルカ-ネ)、きゅうり	458kcal 14.5g 10.0g
27(月)	ぱりんこ	七分付き玄米、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、すまし汁、オレンジ、お茶	バタースティックパン、まめぴよ	生揚げ、豚ひき肉、油あげ、かまぼこ(蒸し)、かつお節	ぱりんこ、米・七分つき米、じゃがいも、三温糖、かたくり粉、バタースティックパン	たまねぎ、にんじん、さやえんどう、はくさい、えのきたけ、ねぎ(葉ねぎ)、オレンジ(パレンシア)	485kcal 15.0g 13.8g
28(火)	さつま芋スティック	バターロールパン、ポークピーンズ、キャベツのごまネーズ、和え、バナナ、牛乳	かっぱえびせん、ヤクルト	大豆(水煮缶詰)、豚もも 脂付、竹輪(焼き竹輪)、牛乳	さつまいも、バターロールパン、じゃがいも、三温糖、すりいりごま、マヨネーズ(卵黄型)	たまねぎ、にんじん、トマト、パセリ、キャベツ、とうもろこし(ホルカ-ネ)、バナナ	409kcal 12.3g 12.2g
29(水)	味しらべ	ツナと卵のチャーハン、ほうれん草のマヨネーズ、和え、コーンスープ、お茶	ミルクスティックパン、牛乳	ツナ缶(油漬フレーク)、鶏卵(全卵・生)、豆乳、牛乳、生クリーム、牛乳(おやつ)	味しらべ、米・精白米、マヨネーズ(全卵型)、じゃがいも、ミルクスティックパン	ねぎ(葉ねぎ)、たまねぎ、レタス、にんじん、ほうれん草、とうもろこし(クリーム状)、とうもろこし(ホルカ-ネ)、パセリ	490kcal 14.5g 22.0g
30(木)	ココナッツサブレ	厚揚げの中華丼、パンサンデー、りんご、お茶	手作りプリン	豚もも 脂付、生揚げ、うずら卵(水煮缶詰)、ハム(ロース)、鶏卵(全卵・生)、牛乳、生クリーム	米・七分つき米、ごま油、かたくり粉、はるさめ、砂糖・上白糖	にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、しいたけ(干、乾)、チンゲンサイ、しょうが、はくさい、きゅうり、りんご	418kcal 11.1g 12.9g
31(金)	ぼたぼた焼き	黒糖ロールパン、鮭のフライ、タルタルソース、ポテトサラダ、ポテトとウイナナーのスープ、牛乳	するめ、一口チーズ	さけ、鶏卵(全卵・生)、ハム(ロース)、ソーセージ(ウイナ)、牛乳、するめ、一口チーズ	ぼたぼた焼き、黒糖ロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、マヨネーズ(全卵型)、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄型)、じゃがいも	ほうれん草、とうもろこし(ホルカ-ネ)、チンゲンサイ、もやし(大豆)、にんじん	343kcal 19.3g 17.1g

月平均栄養価 エネルギー 434kcal たんぱく質 14.7g 脂質 15.2g

※献立表の内容を変更しました。食事の材料やカロリーなどを詳しくお知らせしています。

*材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。

*砂糖は、漂白していない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。