

令和元年 8月 献立表 乳児

へきなんこども園

日付	午前のおやつ	給食	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	体の調子をとのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
1(木)	味しらべ	ミートスバゲティ、ポテトサラダ、牛乳	するめ、一口チーズ	豚ひき肉、チーズ(ハルサ)、ハム(ロース)、牛乳、するめ、一口チーズ	味しらべ、スバゲティ、サラダ油、じゃがいも、マヨネーズ(卵黄型)	たまねぎ、にんじん、パセリ、きゅうり、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)	466kcal 18.0g 19.1g
2(金)	動物ビスケット	白い食卓ロール、魚の竜田揚げ、ごぼうサラダ、トマト、野菜スープ、牛乳	コーンフレーク	ホキ、ツナ缶(油漬フレーク)、イト、ベーコン(豚)、鶏卵(全卵・生)、牛乳	白い食卓ロール、かたくり粉、マヨネーズ(卵黄型)、コーンフレーク、フルーツグラノーラ	しょうが、ごぼう、にんじん、きゅうり、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、トマト、チンゲンサイ、たまねぎ、もやし(緑)	448kcal 16.0g 21.4g
3(土)	ジュース	中華丼、春雨サラダ、プリン、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-ネル)、かぼちゃ	485kcal 13.5g 11.5g
5(月)	ハードビスケット	ごはん、野菜ふりかけ、肉じゃが、具だくさん汁、オレンジ、お茶	スティックパン、牛乳	豚肩ロース、脂付、かつお節、生揚げ、豚もも、脂付、牛乳(おやつ)	米・精白米、じゃがいも、しらたき、三温糖、里芋、スティックパン	にんじん、たまねぎ、さやえんどう、えのきたけ、ねぎ(葉ねぎ)、オレンジ(パレンシア)	554kcal 20.9g 20.3g
6(火)	さつま芋スティック	バターロールパン、いかの香味揚げ、キャベツのごまネーズ、和え、トマト、スープヌードル、牛乳	しるこスティック	いかの香味揚げ、竹輪(焼き竹輪)、ベーコン(豚)、牛乳	さつまいも、バターロールパン、すりりりごま、マヨネーズ(卵黄型)、はるさめ	キャベツ、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、トマト、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ	353kcal 11.3g 20.2g
7(水)	しるこスティック	とうもろこしご飯、魚の利休揚げ、ブロッコリーのおかか和え、豚汁、お茶	さつま芋蒸しパン	ホキ、かつお節、豆腐(木綿)、豚もも、脂付、カットわかめ、みそ(米) 赤色辛みそ、鶏卵(全卵・生)、牛乳	ごはん、三温糖、かたくり粉、白ごま、さつまいも、薄力粉(1等)、マーガリン(ワタタイフ)	とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、ブロッコリー、ごぼう、大根	381kcal 16.1g 8.1g
8(木)	まがりせんべい	七分付き玄米、ごまお、さつま芋と鶏肉の甘辛煮、けんちん汁、お茶	ポップコーン、まめびよ	鶏もも皮なし(若鶏)、生揚げ、鶏もも皮つき(若鶏)、かつお節	まがりせんべい、米・七分つき米、さつまいも、かたくり粉、三温糖、すりりりごま、こんにやく(板)、とうもろこし	しょうが、大根、ねぎ(葉ねぎ)	478kcal 22.2g 11.9g
9(金)	かっぱえびせん	米粉ロールパン、クリームシチュー、マカロニサラダ、トマト、牛乳	するめ、一口チーズ、ヤクルト	鶏もも皮つき(若鶏)、牛乳、生クリーム、豆乳(調製)、ハム(ロース)、するめ、一口チーズ	米粉のロールパン、じゃがいも、さつまいも、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄型)、すりりりごま	にんじん、たまねぎ、しめじ(ぶなしめじ)、マッシュルーム(ゆで)、ほうれんそう、トマト	411kcal 17.3g 19.9g
10(土)	ジュース	焼きうどん、青菜の和え物、プリン、牛乳	せんべい	豚もも、脂付、かまぼこ(蒸し)、牛乳	うどん(ゆで)、せんべい	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、もやし(大豆)	335kcal 10.0g 6.5g
13(火)	ジュース	カレーライス、コールスーラダ、牛乳	ヨーグルト	牛乳、豚ロース、脂付、ハム(ロース)	米・精白米、じゃがいも、サラダ油、三温糖	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム(水煮缶詰)、オクラ、なす、キャベツ、きゅうり、レズン	446kcal 12.3g 10.7g
14(水)	ジュース	親子うどん、ちくわの磯辺揚げ、お茶	プリン	鶏もも皮つき(若鶏)、油あげ、なるど、鶏卵(全卵・生)、かつお節、竹輪(焼き竹輪)、あおりの(素干し)	うどん(ゆで)、小麦(国産)・玄穀	万能ねぎ、しいたけ(干、乾)、にんじん、ほうれんそう	404kcal 16.0g 12.3g
15(木)	ジュース	ごはん、ごまお、豚肉のしょうが焼き、みそ汁、お茶	ゼリー	豚肩ロース、脂付、生揚げ、みそ(米) 赤色辛みそ、かつお節	米・精白米	たまねぎ、ピーマン、にんじん、しょうが、なす、大根、ねぎ(葉ねぎ)、えのきたけ、ゼリー	389kcal 12.3g 8.8g
16(金)	ジュース	ごはん、野菜ふりかけ、魚の煮つけ、ほうれん草のしらす和え、のっぺい汁、お茶	プリン	赤魚、しらす干し、生揚げ、削り節	米・精白米、三温糖、こんにやく(板)	しょうが、ほうれんそう、もやし(緑豆)、にんじん、ごぼう、大根	395kcal 19.5g 6.0g
17(土)	ジュース	ハヤシライス(土)、ポパイサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚肩ロース、脂付、ツナ缶(油漬フレーク)、イト、牛乳	米・精白米、じゃがいも、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム(ゆで)、ほうれんそう、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)	554kcal 13.0g 16.9g
19(月)	ココナッツアップレ	食パン、イチゴジャム、ポークビーンズ、ブロッコリーとちくわのサラダ、バナナ、牛乳	小豆バタースティックパン、ヤクルト	大豆(水煮缶詰)、豚もも、脂付、竹輪(焼き竹輪)、牛乳	食パン、じゃがいも、三温糖、ごまドレッシング、小豆、バタースティックパン	いちごジャム、たまねぎ、にんじん、トマト、パセリ、ブロッコリー、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、バナナ	537kcal 16.4g 12.5g
20(火)	人参スティック	黒糖ロールパン、一口カツ、せん野菜、トマト、ミルクスープ、牛乳	かっぱえびせん	鶏もも皮つき(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、生クリーム	黒糖ロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、サラダ油、マヨネーズ(卵黄型)、じゃがいも	にんじん、きゅうり、大根、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、トマト、たまねぎ、チンゲンサイ、パセリ	418kcal 15.3g 21.8g
21(水)	ぱりんこ	ドライカレー、ポテトとウインナーのスープ、きゅうりとコーンのサラダ、お茶	パンナコッタ	豚ひき肉、チーズ(ハルサ)、ソーセージ(ウイナー)、ツナ缶(油漬フレーク)、イト、ゼラチン、牛乳、生クリーム	ぱりんこ、米・精白米、じゃがいも、コンドレッシング、三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、レズン、チンゲンサイ、もやし(大豆)、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)	456kcal 13.2g 22.1g
22(木)	ハーベスト	冷やし中華、ちくわの磯辺揚げ、オレンジ、お茶	するめ、一口チーズ、まめびよ	ツナ缶(油漬フレーク)、イト、竹輪(焼き竹輪)、あおりの(素干し)、するめ、一口チーズ	中華めん(ゆで)、マヨネーズ(卵黄型)、ごま油、小麦(国産)・玄穀	キャベツ、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、にんじん、オレンジ(パレンシア)	387kcal 13.4g 17.0g
23(金)	サッポロポテト パーベキュー味	ひじきごはん、小松菜の和え物、みそ汁、お茶	コーンフレーク	油あげ、かつお節、生揚げ、みそ(米) 赤色辛みそ、牛乳	米・精白米、サラダ油、コーンフレーク、フルーツグラノーラ	おかひじき、にんじん、さやえんどう、こまつな、もやし(大豆)、なす、大根、ねぎ(葉ねぎ)、えのきたけ	403kcal 13.8g 13.4g
24(土)	ジュース	タコライス、ポテトサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚ひき肉、牛乳	米・精白米、じゃがいも、マヨネーズ(全卵型)、せんべい	たまねぎ、キャベツ、トマト、にんじん、きゅうり	556kcal 11.9g 17.7g
26(月)	ぼたぼた焼き	七分付き玄米、すき焼き風煮物、キャベツの中華風サラダ、お茶	ミルクスティックパン、牛乳	豚肩ロース、脂付、焼き豆腐、なるど、鶏卵(全卵・生)、しらす干し、牛乳(おやつ)	ぼたぼた焼き、米・七分つき米、しらたき、三温糖、ミルクスティックパン	しいたけ(原木)・生、はくさい、葉たまねぎ、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)	517kcal 21.2g 16.9g
27(火)	さつま芋スティック	白い食卓ロール、鶏肉のごま風味揚げ、いんげんのごまネーズ、和え、卵スープ、トマト、牛乳	ヤクルト、パーマクレーン	鶏もも皮つき(若鶏)から揚げ、ツナ缶(油漬フレーク)、イト、鶏卵(全卵・生)、豆腐(絹ごし)、カットわかめ、牛乳	さつまいも、白い食卓ロール、ごま(いりごま)、マヨネーズ(卵黄型)	さやいんげん、とうもろこし(ホ-ルカ-ネル)、かぶ、根、にんじん、トマト	391kcal 15.0g 17.1g
28(水)	星たべよ	キッズピザ、さつま芋のレモン煮、バナナ、お茶	フルーツヨーグルト	豚ひき肉、うずら卵(水煮缶詰)、ヨーグルト(プレーン)	星たべよ、米・精白米、ごま油、サラダ油、さつまいも、三温糖	ねぎ(葉ねぎ)、しょうが、もやし(大豆)、にんじん、ほうれんそう、レモン(果汁)、バナナ、イチゴ(缶詰)、みそ	486kcal 11.6g 14.9g
29(木)	動物ビスケット	焼きそば、ハンブキンサラダ、牛乳	ホットケーキ	豚もも、脂付、かまぼこ(蒸し)、いか、ハム(ロース)、牛乳、鶏卵(全卵・生)、きな粉	焼きそば、サラダ油、さつまいも、マヨネーズ(卵黄型)、薄力粉(1等)、三温糖、マーガリン(ワタタイフ)	キャベツ、もやし(大豆)、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり	397kcal 13.5g 16.1g
30(金)	サッポロポテト	レズンロールパン、揚げ魚のレモン風味、れんこんサラダ、カレースープ、牛乳	するめ、一口チーズ、まめびよ	赤魚、ハム(ロース)、ソーセージ(ウイナー)、牛乳、するめ、一口チーズ	レズンロールパン、かたくり粉、三温糖、サラダ油、マヨネーズ(卵黄型)	レモン(果汁)、れんこん、にんじん、たまねぎ、パセリ	394kcal 14.4g 18.6g
31(土)	ジュース	カレーうどん、青菜の和え物、プリン、牛乳	せんべい	かつお節、豚もも、脂付、油あげ、牛乳	うどん(ゆで)、せんべい	にんじん、たまねぎ、ねぎ(葉ねぎ)、こまつな、もやし(大豆)	354kcal 11.4g 10.8g

月平均栄養価 エネルギー 438kcal たんぱく質 15.0g 脂質 15.1g

※年長児が、園庭で採れたやまもも・ジュンベリー・ブラックベリーでジャムを作ります。
29日のホットケーキは年長児が焼いてくれ、手作りジャムをつけて食べます。
※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。