

令和元年 9月 9月献立表 乳児

へきなんこども園

日付	10時	給食	3時	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
2(月)	しるこスティック	七分付き玄米、ホイコーロー、春雨サラダ、バナナ、お茶	パタースティックパン	豚もも・脂付、みそ(米) 赤色辛みそ、ハム(ロース)	米・七分つき米、三温糖、はるさめ、砂糖・上白糖、ごま油、パ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、もやし(大豆)、きゅうり、バナナ	452kcal 13.2g 10.2g
3(火)	人参スティック	ブランロールパン、ささみのフィンガーフライ、ポパイサラダ、野菜スープ、牛乳	えびせんべい	鶏ささ身(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、チーズ(パルメザン)、ハム(ロース)、ベーコン(豚)、牛乳	ブランロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、サラダ油、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄型)、ぱり	にんじん、ほうれんそう、とうもろこし(ホルカーネル)、チンゲンサイ、たまねぎ、もやし(緑豆)	306kcal 13.6g 13.5g
4(水)	ココナッツサブレ	ごはん、野菜ふりかけ、魚の揚げ煮、キャベツのごまネーズ和え、けんちん汁、オ	フルーツinゼリー	赤魚、竹輪(焼き竹輪)、生揚げ、鶏もも皮つき(若鶏)、かつお節	米・精白米、かたくり粉、三温糖、サラダ油、すりいりごま、マヨネーズ(卵黄型)、こんにやく	しょうが、キャベツ、とうもろこし(ホルカーネル)、大根、ねぎ(葉ねぎ)、オレンジ(バレンシア)、パイ	394kcal 11.8g 10.7g
5(木)	まがりせんべい	米粉ロールパン、鶏のからあげ、大根サラダ、卵スープ、牛乳	ポップコーン	鶏もも皮つき(若鶏)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、鶏卵(全卵・生)、豆腐(絹ごし)、カットわか	まがりせんべい、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、とうもろこし	しょうが、大根、きゅうり、かぶ・根、にんじん	482kcal 23.3g 22.0g
6(金)	味しらべ	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、ポテトとチキンの	するめ、一口チーズ	さけ、鶏卵(全卵・生)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、鶏もも皮つき(若鶏)、牛乳、するめ、一口チー	味しらべ、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(ホルカーネル)、トマト、たまねぎ、とうもろこし(クリーム状)、にんじん	401kcal 20.8g 18.0g
7(土)	ジュース	親子丼、青菜の和え物、プリン、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)	482kcal 16.2g 11.8g
9(月)	動物ビスケット	七分付き玄米、酢鶏、青菜のナムルメロン瓜、お茶	コーンフレーク	鶏むね皮なし(若鶏)、牛乳	米・七分つき米、かたくり粉、じゃがいも、三温糖、ごま油、コーンフレーク、フルーツグラ	しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、しいたけ(干、乾)、ピーマン、チンゲンサイ、も	381kcal 11.8g 5.6g
10(火)	さつま芋スティック	食パン、イチゴジャム、豆腐の真砂揚げ、きゅうりとコーンのサラダ、トマト、中華スー	パームケーキ	豆腐(木綿)、鶏ひき肉、さくらえび、しらす干し、鶏卵(全卵・生)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、	さつまいも、食パン、かたくり粉、コーンドレッシング	いちごジャム、にんじん、ねぎ(葉ねぎ)、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホルカーネル)、トマト、	407kcal 15.3g 12.8g
11(水)	せんべい	カレーライス、コールスローサラダ、オレンジ、牛乳	手作りプリン	牛乳、豚ロース・脂付、ハム(ロース)、鶏卵(全卵・生)、生クリーム	せんべい、米・精白米、じゃがいも、サラダ油、三温糖、砂糖・上白糖	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、レーズン、オレン	442kcal 11.1g 14.5g
12(木)	ぼたぼた焼き	親子うどん、ちくわの磯辺揚げ、バナナ、お茶	スティックパン、まめぴよ	鶏もも皮つき(若鶏)、油あげ、なると、鶏卵(全卵・生)、かつお節、竹輪(焼き竹輪)、あおのり	ぼたぼた焼き、うどん(ゆで)、小麦(国産)・玄穀、スティックパン	万能ねぎ、しいたけ(干、乾)、にんじん、ほうれんそう、バナナ	449kcal 15.7g 13.9g
13(金)	ハーベスト	バターロールパン、ハンバーグ、ブロッコリーサラダ、トマト、ミルクスープ、牛乳	するめ、一口チーズ	豚ひき肉、鶏卵(全卵・生)、牛乳、おから、生クリーム、するめ、一口チーズ	バターロールパン、パン粉、ごまドレッシング、じゃがいも	たまねぎ、ブロッコリー、とうもろこし(ホルカーネル)、トマト、にんじん、パセリ	405kcal 18.9g 21.0g
14(土)	ジュース	あんかけ焼きそば、スイートポテトサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、ハム(ロース)、牛乳	焼きそば麺、かたくり粉、さつまいも、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	キャベツ、もやし(大豆)、にんじん、ピーマン、たけのこ(ゆで)、きゅうり	446kcal 9.7g 16.0g
17(火)	人参スティック	米粉ロールパン、魚の磯辺揚げ、マカロニサラダ、トマト、カレースープ、牛乳	あられ、ヤクルト	ホキ、あおのり(素干し)、ハム(ロース)、ソーセージ(ウイナー)、牛乳	米粉のロールパン、かたくり粉、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄型)、すりいりごま、せん	にんじん、ほうれんそう、トマト、たまねぎ、パセリ	352kcal 12.0g 10.8g
18(水)	せんべい	ツナとコーンのチャーハン、キャベツの中華風和え、中華スープ③、お茶	パンブキンケーキ	ツナ缶(油漬フレーク)ライト、しらす干し、豚ひき肉、牛乳、鶏卵(全卵・生)	米・精白米、三温糖、すりいりごま、ごま油、薄力粉(1等)、マーガリン(ソフタタイプ)、バター	とうもろこし(ホルカーネル)、ねぎ(葉ねぎ)、たまねぎ、レタス、にんじん、キャベツ、きゅうり、はく	467kcal 10.8g 18.1g
19(木)	雪の宿	七分付き玄米、ごましお、豚肉のしょうが焼き、みそ汁、お茶	ココナッツサブレ、まめぴよ	豚肩ロース・脂付、生揚げ、みそ(米) 赤色辛みそ、かつお節	雪の宿、米・七分つき米	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	456kcal 14.5g 15.2g
20(金)	星たべよ	ブランロールパン、ポークストロガノフ、三色サラダ、バナナ、牛乳	するめ、一口チーズ	豚もも・脂付、生クリーム、牛乳、するめ、一口チーズ	星たべよ、ブランロールパン、じゃがいも、薄力粉(1等)、マーガリン(ソフタタイプ)、三温糖、コー	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム(水煮缶詰)、パセリ、ブロッコリー、とうもろこし(ホルカーネル)、	438kcal 14.6g 17.7g
21(土)	ジュース	ちゃんぽんめん、ポパイサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、牛乳	中華めん(ゆで)、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	はくさい、にんじん、もやし(大豆)、たけのこ・水煮缶詰、ねぎ(葉ねぎ)、ほうれんそう、とうも	379kcal 11.0g 11.2g
24(火)	人参スティック	わかめごはん、さんまの塩焼き、やみつつきゅうり、豚汁、お茶	ミルクスティックパン、まめぴよ	わかめごはんの素、さんま、豆腐(木綿)、豚もも・脂付、カットわかめ、かつお節、みそ(米) 赤色	米・精白米、ごま油、ミルクスティックパン	にんじん、きゅうり、ごぼう、大根	429kcal 13.7g 13.8g
25(水)	おにぎりせんべい	白い食卓ロール、チキンの南蛮漬、粉ふき芋、中華スープ、牛乳	ヨーグルトゼリー	鶏もも皮つき(若鶏)、ベーコン(豚)、牛乳、ヨーグルト(プレーン)、ゼラチン	おにぎりせんべい、白い食卓ロール、かたくり粉、三温糖、サラダ油、じゃがいも、さつまいも、	たまねぎ、にんじん、ピーマン、大根、もやし(大豆)、チンゲンサイ、もも缶詰(黄肉種)・果肉、	380kcal 13.7g 15.9g
26(木)	ハードビスケット	ナポリタンスパゲティ、ポテトサラダ、トマト、オレンジ、牛乳	まがりせんべい	ソーセージ(ウイナー)、豚もも・脂付、チーズ(パルメザン)、ハム(ロース)、牛乳	スパゲティ、サラダ油、じゃがいも、マヨネーズ(卵黄型)、まがりせんべい	たまねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、とうもろこし(ホルカーネル)、トマト、オレンジ(バレンシア)	419kcal 13.7g 12.1g
27(金)	せんべい	黒糖ロールパン、鮭のフライ、タルタルソース、せん野菜、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)ライト、牛乳、生クリーム、するめ、一口チーズ	せんべい、白い食卓ロール、薄力粉(1等)、パン粉、マヨネーズ(全卵型)、マヨネーズ(卵黄	きゅうり、大根、とうもろこし(ホルカーネル)、たまねぎ、にんじん、パセリ	354kcal 18.8g 17.7g
28(土)	ジュース	すき焼き丼、キャベツサラダ	せんべい	豚もも・脂付、焼き豆腐、なると、鶏卵(全卵・生)	米・精白米、しらたき、ごまドレッシング、せんべい	ねぎ(白)、白菜・ゆで、しいたけ(菌床)・生、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホルカーネル)	426kcal 16.6g 10.2g
30(月)	サッポロポテト	ごはん、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、すまし汁、バナナ、お茶	小豆バタースティックパン	生揚げ、豚ひき肉、油あげ、かまぼこ(蒸し)、かつお節	米・精白米、じゃがいも、三温糖、かたくり粉、小豆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)、バナナ	473kcal 13.4g 10.7g

月平均栄養価 エネルギー 418kcal たんぱく質 14.5g 脂質 14.1g

※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。