

令和2年 4月 乳児 献立表

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	体の調子をとのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
1(水)	動物ビスケット	七分付き玄米,ホイコーロー,卵スープ,お茶	ココナッツサブレ	豚肩・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	にんじん,キャベツピーマン,たまねぎ,かぶ・根	365kcal 12.6g 11.0g
2(木)	味しらべ	焼きそば,ポテトサラダ,バナナ,お茶	ハードビスケット,まめびよ	豚もも・脂付,かまぼこ(蒸し),ハム(ロース)	味しらべ,焼きそば,サラダ油,じゃがいも,マヨネーズ(卵黄型)	キャベツ,もやし(大豆),にんじん,ピーマン,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル),バナナ	320kcal 8.2g 10.5g
3(金)	ハーベスト	ブランロールパン,クリームシチュー,ポパイサラダ,牛乳	サッポロポテト	鶏もも皮つき(若鶏),牛乳,生クリーム,豆乳(調製),ハム(ロース)	ブランロールパン,じゃがいも,さつまいも,マカロニ(乾),マヨネーズ(卵黄型)	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),パセリ,ほうれんそう,とうもろこし(ホルカ-ネル)	343kcal 10.2g 16.1g
4(土)	ジュース	ちゃんぽんめん,青菜の和え物,プリン,牛乳	せんべい	豚もも・脂付,牛乳	中華めん(ゆで),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),こまつな	326kcal 9.5g 6.4g
6(月)	ぼたぼた焼き	ハヤシライス,ブロッコリーサラダ,オレンジ,牛乳	コーンフレーク	豚肩ロース・脂付,牛乳	ぼたぼた焼き,米・精白米,じゃがいも,ごまドレッシング,コーンフレーク,フルーツグラノーラ	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム(ゆで),ブロッコリー,とうもろこし(ホルカ-ネル),オレンジ(バレンシア)	444kcal 10.9g 11.1g
7(火)	人参スティック	黒糖ロールパン,ハンバーグ,アスパラサラダ,ポテトとウインナーのスープ,牛乳	雪の宿	豚ひき肉,鶏卵(全卵・生),牛乳,おから,ソーセージ(ウインナー)	黒糖ロールパン,パン粉,マヨネーズ(卵黄型),じゃがいも,雪の宿	にんじん,たまねぎ,アスパラガス(グリーン),とうもろこし(ホルカ-ネル),チンゲンサイ,もやし(大豆)	369kcal 15.2g 19.5g
8(水)	味しらべ	中華丼,パンサンデー,お茶	バナナケーキ	豚もも・脂付,生揚げうずら卵(水煮缶詰),ハム(ロース),牛乳,鶏卵(全卵・生)	味しらべ,米・七分つき米,砂糖・上白糖,かたくり粉,サラダ油,はるさめ,ごま油,三温糖,薄力粉(1等),マーガリン(ソフトタイプ),バター	しょうが,にんじん,たまねぎ,チンゲンサイ,たけのこ(ゆで),しいたけ(干,乾),はくさい,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル),バナナ	486kcal 10.4g 17.9g
9(木)	ぱりんこ	五目ごはん,ほうれん草の和え物,豚汁,お茶	バタースティックパン,ヤクルト	鶏むね皮つき(若鶏),焼き油あげ,かつお節,しらす干し,豆腐(木綿),豚もも・脂付,カットわかめ,みそ(米)赤色辛みそ	ぱりんこ,米・精白米,こんにやく(板),バタースティックパン	ごぼう(ゆで),にんじん,しいたけ(干,乾),ほうれんそう,もやし(大豆),ごぼう,大根	420kcal 14.9g 8.3g
10(金)	ハードビスケット	新玉ねぎたっぷり卵とじ,井,マゼドアンサラダ,お茶	するめ,一口チーズ,まめびよ	生揚げ,鶏もも皮なし(若鶏),かつお節,鶏卵(全卵・生),チーズ(プロセス),するめ,一口チーズ	米・精白米,三温糖,じゃがいも,さつまいも,マヨネーズ(全卵型)	しめじ(ぶなしめじ),たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり	444kcal 16.2g 14.2g
11(土)	ジュース	タコライス,スイートポテトサラダ,ヨーグルト,牛乳	せんべい	豚ひき肉,ハム(ロース),牛乳	米・精白米,さつまいも,マヨネーズ(卵黄型),せんべい	たまねぎ,キャベツ,トマト,きゅうり	550kcal 13.5g 16.6g
13(月)	サッポロポテト パーベキュー味	ごはん,肉じゃが,五目汁,バナナ,お茶	焼き芋,ヤクルト	豚肩ロース・脂付,かつお節,鶏もも皮なし(若鶏)	米・精白米,じゃがいも,しらたき,三温糖,かたくり粉,さつまいも	にんじん,たまねぎ,さやえんどう,とうがん,しいたけ(干,乾),葉たまねぎ,バナナ	447kcal 12.1g 7.0g
14(火)	さつま芋スティック	白い食卓ロール,鶏肉のアップルソースがけ,春キャベツサラダ,豆乳スー	ベジタべる	鶏もも皮つき(若鶏),ベーコン(豚),豆乳(調製),生クリーム,牛乳	さつまいも,白い食卓ロール,かたくり粉,三温糖,コーンドレッシング	りんご,たまねぎ,キャベツ,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル),かぼちゃ,チンゲンサイ,マッシュルーム(ゆで),しいたけ(干,乾)	407kcal 18.9g 20.4g
15(水)	おにぎりせんべい	キッズビビンバ,さつま芋のレモン煮,お茶	蒸しパン	豚ひき肉,うずら卵(水煮缶詰),鶏卵(全卵・生),牛乳	おにぎり,せんべい,米・精白米,ごま油,サラダ油,さつまいも,三温糖,薄力粉(1等),マーガリン(ソフトタイプ)	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)	449kcal 12.3g 14.8g
16(木)	雪の宿	ミーツバゲティ,かぼちゃのごまマヨネーズ,牛乳	スティックパン	豚ひき肉,チーズ(バルサン),牛乳	雪の宿,スバゲティ,サラダ油,さつまいも,マヨネーズ(卵黄型),すりいりごま,スティックパン	たまねぎ,にんじん,パセリ,かぼちゃ,ブロッコリー	567kcal 17.5g 21.9g
17(金)	かつばえびせん	ブランロールパン,魚の竜田揚げ,ごぼうサラダ,トマト,中華スープ,牛乳	サッポロポテト,まめびよ	ホキツナ缶(油漬),クワイト,ベーコン(豚),牛乳	ブランロールパン,かたくり粉,マヨネーズ(卵黄型)	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,大根,もやし(大豆),チンゲンサイ	416kcal 15.4g 16.7g
18(土)	ジュース	親子丼,春雨サラダ,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),刻みり,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	たまねぎ,とうもろこし(ホルカ-ネル),きゅうり	525kcal 16.0g 14.9g
20(月)	ぱりんこ	マーボー丼,キャベツの中華風サラダ,お茶	ポップコーン,ヤクルト	豆腐(木綿),豚ひき肉,みそ(米)赤色辛みそ,しらす干し	ぱりんこ,米・七分つき米,ごま油,三温糖,かたくり粉,とうもろこし(玄穀)	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,キャベツ,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル)	419kcal 16.2g 7.2g
21(火)	人参スティック	米粉ロールパン,コロッケ,ブロッコリーサラダ,ポテトとチキンのスープ,牛乳	まがりせんべい,まめびよ	いかの香味揚げ,鶏もも皮つき(若鶏),牛乳	米粉のロールパン,ごまドレッシング,じゃがいも,まがりせんべい	にんじん,ブロッコリー,とうもろこし(ホルカ-ネル),たまねぎ,とうもろこし(ケリム状)	329kcal 13.1g 9.5g
22(水)	サッポロポテト	ごはん,ごまお,魚の揚げ煮,春雨サラダ,お茶	しるこスティック,牛乳	赤魚,ハム(ロース),牛乳(おやつ)	米・精白米,かたくり粉,三温糖,サラダ油,はるさめ,マヨネーズ(卵黄型)	しょうが,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル)	386kcal 11.0g 14.5g
23(木)	ベジタべる	具だくさんうどん,ささみとキャベツのサラダ,オレンジ,お茶	小豆バタースティックパン	鶏もも皮なし(若鶏),油あげ,かまぼこ(蒸し),鶏卵(全卵・生),かつお節,鶏ささ身(若鶏)	うどん(ゆで),すりいりごま,三温糖,小豆,バタースティックパン	にんじん,ねぎ(葉ねぎ),しいたけ(干,乾),ほうれんそう,キャベツ,オレシズ(バレンシア)	285kcal 10.6g 6.7g
24(金)	ココナッツサブレ	食パン,イチゴジャム,鶏のごま風味揚げ,きゅうりとコーンのサラダ,中華スー	ブラウニーケーキ	鶏もも皮つき(若鶏),ツナ缶(油漬),クワイト,ベーコン(豚),牛乳,鶏卵(全卵・生)	食パン,かたくり粉,ごま(白),むきサラダ油,コーンドレッシング,薄力粉(1等),三温糖,マーガリン(ソフトタイプ)	いちご,ジャム,しょうが,キャベツ,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル),大根,にんじん,もやし(大豆),チンゲンサイ	658kcal 23.2g 36.1g
25(土)	ジュース	クリームスバゲティ,キャベツサラダ,ヨーグルト,牛乳	せんべい	豚ひき肉,牛乳	スバゲティ,じゃがいも,ごまドレッシング,せんべい	たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,とうもろこし(ホルカ-ネル)	529kcal 16.0g 14.4g
27(月)	まがりせんべい	カレーライス,茹で野菜のサラダ,バナナ,牛乳	フルーツヨーグルト	牛乳,豚ロース・脂付,ハム(ロース),ヨーグルト(プレーン)	まがりせんべい,米・七分つき米,じゃがいも,ごまドレッシング	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,とうもろこし(ホルカ-ネル),きゅうり,バナナ,パイナップル(缶詰),なす(生),ピーマン,きゅうり,大根,とうもろこし(ホルカ-ネル),かぼちゃ,たまねぎ,とうもろこし(ケリム状),パセリ	477kcal 11.6g 11.5g
28(火)	さつま芋スティック	バターロールパン,ささみのフィンガーフライ,せん野菜,野菜スープ,牛乳	バームクーヘン	鶏ささ身(若鶏),鶏卵(全卵・生),チーズ(バルサン),ツナ缶(油漬),クワイト	さつまいも,バターロールパン,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	きゅうり,大根,とうもろこし(ホルカ-ネル),かぼちゃ,たまねぎ,とうもろこし(ケリム状),パセリ	339kcal 13.2g 13.3g
30(木)	味しらべ	たけのご飯,ブロッコリーのおかか和え,けんちん汁,お茶	プレーンケーキ	油あげ,鶏もも皮なし(若鶏),削り節,かつお節,生揚げ,鶏もも皮つき(若鶏),鶏卵(全卵・生),牛乳	味しらべ,ごはん,三温糖,こんにやく(板),薄力粉(1等),マーガリン(ソフトタイプ)	たけのご飯(ゆで),にんじん,さやえんどう,ブロッコリー,とうもろこし(ホルカ-ネル),大根,ねぎ(葉ねぎ)	392kcal 14.5g 16.0g

月平均栄養価 エネルギー 428kcal たんぱく質 13.7g 脂質 14.3g

※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。