

平成31年 4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	体の調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
1(月)	味しらべ	ごはん、豚肉のしょうが焼き、豆腐のみそ汁、オレンジお茶	バタースティックパン、牛乳	豚肩ロース・脂付、豆腐(木綿)、カットわかめ、かつお節、みそ(米) 赤色辛みそ、牛乳(おや)	味しらべ、米・精白米、バタースティックパン	たまねぎ、ピーマン、にんじん、しょうが、大根、えのきたけ、なす、オレンジ(パレンシア)	461kcal 15.6g 16.4g
2(火)	人参スティック	厚揚げの中華丼、パンサンスー、りんご、お茶	ロールケーキ、ヤクルト	豚もも・脂付、生揚げ、うずら卵(水煮缶詰)、ハム(ロース)	米・七分つき米、ごま油、かたくり粉、はるさめ、三温糖	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、	422kcal 10.5g 9.6g
3(水)	まがりせんべい	焼きそば、ポテトサラダ、バナナ、牛乳	ハーベスト	豚もも・脂付、かまぼこ(蒸し)、いか、ハム(ロース)、牛乳	まがりせんべい、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(ホルカーネル)、バナナ	277kcal 7.8g 9.3g
4(木)	ハードビスケット	わかめごはん、魚の煮つけ、鶏肉とブロッコリーの和風マヨネーズ、みそ汁、お茶	コーンフレーク	わかめごはんの素、赤魚、鶏むね皮なし(若鶏)、生揚げ、みそ(米) 赤色辛みそ、かつお節	米・精白米、三温糖、マヨネーズ(卵黄型)、砂糖・上白糖、コーンフレーク、フルーツグラ	しょうが、ブロッコリー、なす、大根、ねぎ(葉ねぎ)、えのきたけ	397kcal 14.8g 8.2g
5(金)	ココナッツサブレ	白い食卓ロール、クリームシチュー、せん野菜、トマト、牛乳	するめ、一口チーズ、まめびよ	鶏もも皮つき(若鶏)、牛乳、生クリーム、豆乳(調製)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、するめ、一口	白い食卓ロール、じゃがいも、さつまいも、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)、きゅうり、大根、とうもろこし	397kcal 13.9g 19.7g
6(土)	ジュース	あんかけ焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、牛乳	焼きそば、かたくり粉、じゃがいも、マヨネーズ(全卵型)、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)、とうもろこし(ホルカーネル)、きゅう	403kcal 10.2g 14.1g
8(月)	かつばえびせん	ハヤシライス、ブロッコリーサラダ、りんご、お茶	ミルクスティックパン、牛乳	豚肩ロース・脂付、牛乳(おやつ)	米・精白米、じゃがいも、ごまドレッシング、ミルクスティックパン	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(ホルカーネル)、りんご	493kcal 12.7g 17.2g
9(火)	さつま芋スティック	バターロールパン、鶏のからあげ、アスパラサラダ、野菜スープ、牛乳	しるこスティック、まめびよ	鶏もも皮つき(若鶏)、ベーコン(豚)、牛乳	さつまいも、バターロールパン、かたくり粉、サラダ油、マヨネーズ(卵黄型)、はるさめ	しょうが、アスパラガス(グリーン)、にんじん、とうもろこし(ホルカーネル)、チンゲンサイ、たまねぎ	446kcal 14.4g 21.4g
10(水)	動物ビスケット、ハーベスト	具だくさんうどん、キャベツサラダ、バナナ、お茶	ヨーグルトケーキ	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、ツナ缶(油漬フ)	うどん(ゆで)、コーンドレッシング、薄力粉(1等)、マーガリン(ソフトタイプ)、三温糖	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、きゅうり、とうもろこし	342kcal 9.0g 11.0g
11(木)	ぼたぼた焼き	厚揚げの卵とじ丼、大根サラダ、オレンジ、お茶	焼き芋、ヤクルト	生揚げ、鶏もも皮なし(若鶏)、かつお節、鶏卵(全卵・生)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト	ぼたぼた焼き、米・七分つき米、三温糖、ごまドレッシング、さつまいも	しめじ(ぶなしめじ)、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、大根、きゅうり、オレンジ(パレンシア)	372kcal 11.6g 7.0g
12(金)	おにぎりせんべい	黒糖ロールパン、魚の唐揚げ中華ソース、バゲティサラダ、トマト、ポテトとチキンのスープ、牛乳	するめ、一口チーズ、まめびよ	ホキ、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、竹輪(焼き竹輪)、鶏もも皮つき(若鶏)、牛乳、するめ、一口チーズ	おにぎりせんべい、黒糖ロールパン、かたくり粉、三温糖、スバゲティ、マヨネーズ(全卵)	キャベツ、トマト、たまねぎ、とうもろこし(クリーム状)、にんじん	350kcal 15.4g 14.9g
13(土)	ジュース	すき焼き丼、青菜の和え物、プリン、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、焼き豆腐、なんと、鶏卵(全卵・生)、牛乳	米・精白米、しらたき、せんべい	ねぎ(白)、白菜、ゆで、しいたけ(菌床)・生、こまつな、もやし(大豆)	483kcal 18.4g 11.6g
15(月)	サッポロポテト	七分付き玄米、肉じゃが、みそ汁、オレンジ、お茶	ココナッツサブレ、ヤクルト	豚肩ロース・脂付、かつお節、豆腐(木綿)、油あげ、カットわかめ、みそ(米) 赤色辛みそ	米・七分つき米、じゃがいも、しらたき、三温糖	にんじん、たまねぎ、さやえんどう、えのきたけ、大根、はくさい、オレンジ(パレンシア)	553kcal 29.2g 11.1g
16(火)	人参スティック	ごはん、さつま芋と鶏肉の甘辛煮、けんちん汁、お茶	小豆バタースティックパン、牛乳	鶏もも皮なし(若鶏)、生揚げ、鶏もも皮つき(若鶏)、かつお節、牛乳(おやつ)	米・精白米、さつまいも、かたくり粉、三温糖、すりいりごま、こんにゃく(板)、小豆バター	にんじん、しょうが、大根、ねぎ(葉ねぎ)	471kcal 17.9g 12.6g
17(水)	ハーベスト	キッズビビンバ、さつま芋のレモン煮、りんご、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	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)、りんご	484kcal 12.5g 15.9g
18(木)	星たべよ	カレーライス、せん野菜、コールスローサラダ、お茶	コーンフレーク	牛乳、豚ロース・脂付、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、ハム(ロース)	星たべよ、米・精白米、じゃがいも、マヨネーズ(卵黄型)、サラダ油、三温糖、コーンフレー	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム(水煮缶詰)、オクラ、なす、きゅうり、大根、とうもろこし(ホルカー)	512kcal 10.4g 17.0g
19(金)	しるこスティック	米粉ロールパン、魚の揚げ煮、やみつききゅうり、トマト、野菜スープ、牛乳	するめ、一口チーズ、まめびよ	赤魚、ベーコン(豚)、牛乳、するめ、一口チーズ	米粉のロールパン、かたくり粉、三温糖、ごま油、はるさめ	しょうが、きゅうり、トマト、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん	313kcal 13.6g 12.7g
20(土)	ジュース	焼きうどん、春雨サラダ、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、かまぼこ(蒸し)、ハム(ロース)、牛乳	うどん(ゆで)、はるさめ(緑豆)、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	キャベツ、にんじん、たまねぎ、とうもろこし(ホルカーネル)、きゅうり	351kcal 10.7g 8.1g
22(月)	サッポロポテト パーベキュー味	マーボー丼、キャベツの中華風サラダ、お茶	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、しらす干し、牛乳(おやつ)	米・七分つき米、ごま油、三温糖、かたくり粉、スティックパン	たまねぎ、なす、れんこん(ゆで)、ねぎ(葉ねぎ)、にんじん、しょうが、キャベツ、	541kcal 20.3g 17.0g
23(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、ポパイサラダ、トマト、牛乳、ミルクスープ	フルーツポンチ	鶏ささ身(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、チーズ(バルマサン)、ハム(ロース)、牛乳、生クリーム	さつまいも、バターロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄)	ほうれんそう、とうもろこし(ホルカーネル)、トマト、たまねぎ、にんじん、パセリ、パイナップル(缶詰)	322kcal 12.6g 11.0g
24(水)	ぱりんこ	ミートスパゲティ、かぼちゃのごまマヨネーズ、バナナ、牛乳	さつま芋とチーズのケーキ	豚ひき肉、チーズ(バルマサン)、牛乳、クリームチーズ、鶏卵(全卵・生)	ぱりんこ、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、マーガリ	たまねぎ、にんじん、パセリ、かぼちゃ、ブロッコリー、バナナ	656kcal 19.0g 24.4g
25(木)	ハードビスケット	たけのこご飯、さんまの塩焼き、ほうれん草の和え物、具だくさん汁、お茶	ロールケーキ、まめびよ	油あげ、鶏もも皮なし(若鶏)、削り節、さんま、しらす干し、生揚げ、豚もも・脂付、かつお節	ごはん、三温糖、里芋	たけのこ(ゆで)、にんじん、さやえんどう、ほうれんそう、もやし(大豆)、たまねぎ、えのきたけ、	421kcal 16.8g 14.8g
26(金)	まがりせんべい	白い食卓ロール、ハンバーグ、茹で野菜のサラダ、トマト、カレースープ、牛乳	するめ、一口チーズ、ヤクルト	豚ひき肉、鶏卵(全卵・生)、牛乳、おから、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、ソーセージ(ウイナ)、する	まがりせんべい、白い食卓ロール、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	438kcal 20.2g 19.7g
27(土)	ジュース	タコライス、スイートポテトサラダ、プリン、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	577kcal 12.5g 18.1g

月平均栄養価 エネルギー 437kcal たんぱく質 14.6g 脂質 14.3g

※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。