

平成29年4月分 給食だより

ひとつぶ保育園

| 日 | 曜 | 献立表 | 使用食品名 | 2~5歳児のおやつ | 0~1歳児のおやつ |
|----|---|-------------------------|---|--------------|---------------|
| 3 | 月 | 食パン(0歳はごはん) | ・食パン | スキムミルク | スキムミルク |
| | | ハヤシチュー | ・牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、スープの素、塩・こしょう、ハヤシルウ、ケチャップ | きな粉おにぎり | かやく雑炊 |
| | | 人参サラダ | ・人参、リンゴ、白菜、キャベツ、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料 | くだもの(柑橘) | くだもの(柑橘) |
| 17 | | 牛乳 | ・牛乳 | | |
| 4 | 火 | ごはん | ・米 | 豆乳 | 豆乳 |
| | | 新じゃが芋と玉ねぎの煮物 | ・牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん | お菓子 | クレープ |
| 18 | | ごま酢和え | ・青梗菜、キャベツ、人参、すりごま、上白糖、酢、しょうゆ(薄) | くだもの(バナナ) | くだもの(バナナ) |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | | |
| 5 | 水 | ごはん | ・米 | スキムミルク | スキムミルク |
| | | いそ煮 | ・鶏肉、平天、ひじき、じゃが芋、人参、グリーンピース、油、出し汁、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん | フレンチポテト | ふかしじゃが芋 |
| | | おひたし | ・ほうれん草、白菜、人参、しょうゆ(薄)、上白糖 | くだもの(柑橘) | くだもの(柑橘) |
| 19 | | 牛乳 | ・牛乳 | | |
| 6 | 火 | ごはん | ・米 | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 肉団子の甘酢あん(0・1歳は鶏肉のほぐし煮) | ・合ミンチ、玉ねぎ、パン粉、塩・こしょう、片栗粉、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、水、酢 | お菓子 | にゅうめん |
| | | 中華サラダ | ・ロースハム、青梗菜、白菜、人参、すりごま、上白糖、酢、しょうゆ(濃)、ごま油 | くだもの(ブルーベリー) | くだもの(バナナ) |
| | | ワカメスープ | ・生わかめ、人参、玉ねぎ、しょうゆ(薄)、たけのこ、青ネギ、スープの素、塩、こしょう、水 | いりこ | |
| 7 | 金 | ごはん | ・米 | スキムミルク | スキムミルク |
| | | ビーフカレー | ・牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、スープの素、カレールウ、リンゴ、水 | ホットケーキ | ホットケーキ |
| | | かつお和え | ・きゅうり、キャベツ、人参、糸カツオ、しょうゆ(薄)、上白糖 | くだもの(リンゴ) | くだもの(リンゴ) |
| 21 | | 牛乳 | ・牛乳 | | |
| 8 | 土 | 肉うどん(0歳は煮込みうどん) | ・うどん、牛肉、かまぼこ、人参、玉ねぎ、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | スナックスティック | スナックスティック |
| | | くだもの | ・くだもの | | |
| 10 | 月 | お弁当 | | スキムミルク | スキムミルク |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | お好み焼き | お好み焼き |
| | | | | くだもの(リンゴ) | くだもの(リンゴ) |
| 11 | 火 | ごはん | ・米 | 豆乳 | 豆乳 |
| | | 筑前煮 | ・鶏肉、ちくわ、板こんにゃく、大根、じゃが芋、人参、ごぼう、グリーンピース、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁 | お菓子 | さつまいもとリンゴの重ね煮 |
| | | なたね和え | ・ほうれん草、人参、卵、しょうゆ(薄)、上白糖 | くだもの(ブルーベリー) | くだもの(柑橘) |
| 25 | | 牛乳 | ・牛乳 | いりこ | |
| 12 | 水 | ごはん | ・米 | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 鶏肉のノルウェー風(0・1歳は鶏肉のほぐし煮) | ・鶏もも皮なし、塩、片栗粉、ケチャップ、ウスターソース、上白糖、油 | 肉まん | ①肉まん②あべかわ風 |
| | | マカロニサラダ | ・マカロニ、ロースハム、きゅうり、人参、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料 | くだもの(リンゴ) | くだもの(リンゴ) |
| 26 | | 野菜スープ | ・キャベツ、玉ねぎ、人参、パセリ、スープの素、塩、こしょう、水 | | |
| 13 | 木 | ごはん | ・米 | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 煮魚(0・1歳はかれい) | ・さば、しょうが、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん | お菓子 | じゃが芋餅 |
| | | ごま和え | ・キャベツ、きゅうり、人参、すりごま、しょうゆ(薄)、上白糖 | 一口チーズ | くだもの(清見オレンジ)) |
| | | さつま汁 | ・豚肉、大根、さつま芋、ごぼう、人参、青ネギ、油、出し汁、みそ | くだもの(清見オレンジ) | |
| 14 | 金 | ごはん | ・米 | スキムミルク | スキムミルク |
| | | 鶏肉と野菜のうま煮 | ・鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、厚揚げ、三度豆、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁 | ピザ風トースト | ピザ風トースト |
| | | 千切り大根の甘酢和え | ・千切り大根、きゅうり、しらす干し、すりごま、酢、上白糖、しょうゆ(薄) | くだもの(柑橘) | くだもの(柑橘) |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | | |
| 15 | 金 | 長崎ちゃんぽん(0歳は煮込みうどん) | ・中華麺、豚肉、切りイカ、かまぼこ、人参、キャベツ、たけのこ水煮、干し椎茸、青ネギ、油、しょうが、スープの素、水、塩、こしょう、しょうゆ(薄)、片栗粉 | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | スナックスティック | スナックスティック |
| | | くだもの | ・りんご | | |
| 20 | 木 | お弁当 | | 豆乳 | 牛乳 |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | ホットケーキ | スナックスティック |
| | | | | くだもの(リンゴ) | くだもの(リンゴ) |
| 22 | 土 | かやくうどん(0歳は煮込みうどん) | ・うどん、鶏肉、わかめ(乾)、干し椎茸、かまぼこ、ほうれん草、人参、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 牛乳 | ・牛乳 | スナックスティック | スナックスティック |
| | | くだもの | ・くだもの | | |
| 24 | 月 | 超熟ロール(0歳はごはん) | ・超熟ロール | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 肉団子と春雨の華風スープ | ・鶏ミンチ、酒、しょうゆ(濃)、青ネギ、生姜、片栗粉、生椎茸、人参、絹さや、春雨、スープの素、塩、しょうゆ(薄)、水 | お好み焼き | お好み焼き |
| | | かぼちゃサラダ | ・かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ、ロースハム、塩、マヨネーズ風調味料 | くだもの(リンゴ) | くだもの(リンゴ) |
| 28 | 木 | たけのこご飯 | ・米、鶏肉、油揚げ、たけのこ、人参、塩、上白糖、酒、みりん、しょうゆ(薄)、水 | 牛乳 | 牛乳 |
| | | 白身魚のフライ(0・1歳は煮魚) | ・たら、塩・こしょう、小麦粉、パン粉、油 | お菓子 | かぼちゃの豆乳蒸しパン |
| | | アスパラのおかか和え | ・アスパラガス、人参、きゅうり、キャベツ、糸カツオ、上白糖、しょうゆ(薄) | くだもの(バナナ) | くだもの(バナナ) |
| | | みそ汁 | ・木綿豆腐、生わかめ、玉ねぎ、出し汁、みそ | | |
| | | ゼリー | ・ゼリー | | |

献立は、その日の都合により変更する場合があります。

| 平均栄養量 | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | カルシウム mg | リン mg | 鉄 mg | マグネシウム mg | レチノール当量 μg | ビタミンE α mg | ビタミンD μg |
|-----------|---------------|------------|---------|-----------|-------------|----------|---------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| 未満児(1~2歳) | 581 | 21.4 | 18.5 | 74.2 | 306 | 349 | 2.2 | 70 | 279 | 1.6 | 0.3 |
| 以上児(3~5歳) | 603 | 21.6 | 18.8 | 78.5 | 248 | 311 | 2.5 | 71 | 302 | 1.8 | 0.3 |