

R7年10月 給食予定献立表 【未満児】

日	曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
1	水	せんべい 牛乳	ごはん 八宝菜 肉団子 中華スープ オレンジ	マカロニきな粉 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・卵・ミートボール 豆腐・きな粉	ソフトサラダ・米・砂糖・油・ごま マカロニ	白飯・もやし・人参・キャベツ・玉葱 小松菜・オレンジ	218kcal-(kcal) 523 食塩相当量(g) 1.4
2	木	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉のコンフレック焼き ほうれん草とツナのサラダ 味噌汁 りんご缶 ハヤシライス	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・味噌 スキムミルク	ぼたばた焼・米・マヨネーズ コンフレック・ごま・砂糖・ムース カルシウムおせんべい	ほうれん草・人参・キャベツ・玉葱 りんご缶	218kcal-(kcal) 475 食塩相当量(g) 1.6
3	金	せんべい 牛乳	ごはん ドレッシングサラダ チンゲン菜のスープ みかん缶	マリービスケット 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	雪の宿・米・じゃがいも・油 はるさめ・マリービスケット	玉葱・人参・しめじ・きゅうり・キャベツ チンゲン菜・みかん	218kcal-(kcal) 461 食塩相当量(g) 1.8
4	土	せんべい	チキンライス コンソメスープ	バウムクーヘン	卵	ソフトサラダ・米・油・バナナ	ミックス・玉葱・ほうれん草	218kcal-(kcal) 403 食塩相当量(g) 1
6	月	せんべい 牛乳	ごはん 鮭のコンマヨネーズ焼き 五目金平 キャベツの味噌汁 りんご缶	ちんすこう 麦茶	牛乳・鮭・チーズ・竹輪・味噌	ぼたばた焼・米・マヨネーズ・ごま油 砂糖・小麦粉・油	クリームコーン・れんこん・しいたけ 人参・いんげん・ごぼう・もやし・キャベツ りんご缶	218kcal-(kcal) 520 食塩相当量(g) 1.6
7	火	せんべい 牛乳	きのこごはん 鶏肉の照り焼き マセドアンサラダ すまし汁 柿	ココアケーキ 麦茶	牛乳・油揚げ・鶏肉・ハム スキムミルク・卵	雪の宿・米・砂糖・じゃがいも マヨネーズ・ホットケーキミックス バター	しめじ・しいたけ・人参・きゅうり ほうれん草・玉葱・かき	218kcal-(kcal) 530 食塩相当量(g) 1.8
8	水	せんべい 牛乳	ごはん 豚カツ ひじきとツナのサラダ すまし汁 バイン缶	牛乳ケーキ 麦茶	牛乳・ツナ	ソフトサラダ・米・油・ごま・砂糖 牛乳ケーキ	ひじき・きゅうり・人参・もやし・玉葱 しいたけ・バイン缶	218kcal-(kcal) 456 食塩相当量(g) 1.9
9	木	せんべい 牛乳	スパゲティ(ミートソース) イタリアンサラダ コンソメスープ バナナ	揚げ玉ごはん 麦茶	牛乳・豚肉・チーズ・ハム	ぼたばた焼・スパゲティ・油・バター 小麦粉・砂糖・じゃがいも・米 天かす	人参・玉葱・しめじ・ブロッコリー・オリーブ コーン・もやし・バナナ	218kcal-(kcal) 463 食塩相当量(g) 1.7
10	金	せんべい 牛乳	ごはん そぼろ肉じゃが キャベツのゆかり和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	ヨーグルト 麦茶	牛乳・豚肉・かまぼこ・豆腐・味噌 ヨーグルト	雪の宿・米・じゃがいも・油・砂糖	玉葱・人参・ズッキーナ・キャベツ・もやし きゅうり・大根・わかめ・オレンジ	218kcal-(kcal) 448 食塩相当量(g) 1.6
11	土	せんべい	煮込みうどん フルーツ缶	カステラドーナツ	鶏肉	ソフトサラダ・うどん カステラドーナツ	玉葱・人参・いんげん・バイン缶	218kcal-(kcal) 315 食塩相当量(g) 1.4
14	火	せんべい 牛乳	ごはん タラの煮付け 納豆和え 秋の具だくさん汁 りんご缶	栗蒸しパン 麦茶	牛乳・たら・納豆・かつお節・豆腐 味噌・卵	雪の宿・米・砂糖・さつま芋・栗 ホットケーキミックス	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 しいたけ・葱・りんご缶	218kcal-(kcal) 465 食塩相当量(g) 1.8
15	水	せんべい 牛乳	ロールパン 鶏肉のシチュー 胡麻ネーズ和え オレンジ	南瓜ババロア 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム	ソフトサラダ・ロールパン いちごジャム・じゃがいも・油 マヨネーズ・ごま・バナナ	人参・玉葱・ズッキーナ・ブロッコリー・オリーブ オレンジ	218kcal-(kcal) 480 食塩相当量(g) 1.5
16	木	せんべい 牛乳	あんかけやきそば 切干大根と胡瓜の中華和え スープ バナナ	おじや 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・ハム・豆腐 鮭	ぼたばた焼・中華麺・砂糖・片栗粉 ごま油・米	白飯・玉葱・しいたけ・もやし・人参 チンゲン菜・切干大根 きゅうり・わかめ・葱・バナナ	218kcal-(kcal) 461 食塩相当量(g) 1.9
17	金	せんべい 牛乳	ごはん 生麦炒め カレーマヨサラダ すまし汁 みかん缶	チョイスクッキー 麦茶	牛乳・鶏肉	雪の宿・米・片栗粉・マカロニ マヨネーズ・チョイスクッキー	玉葱・キャベツ・人参・しいたけ・大根 みかん	218kcal-(kcal) 468 食塩相当量(g) 1.7
18	土	せんべい	チャーハン 中華スープ	マリービスケット	卵	ソフトサラダ・米・油・マリービスケット	ミックス・玉葱・わかめ	218kcal-(kcal) 359 食塩相当量(g) 1.2
20	月	せんべい 牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ 味噌汁 りんご缶	きな粉トースト 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・油揚げ・味噌 きな粉	ぼたばた焼・米・マヨネーズ・砂糖 パン・バター	切干大根・人参・いんげん・わかめ 玉葱・りんご缶	218kcal-(kcal) 473 食塩相当量(g) 1.5
21	火	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉のトマト煮 野菜ソテー コンソメスープ オレンジ	蒸し大学芋 麦茶	牛乳・鶏肉・ウインナー	雪の宿・米・油・砂糖・さつま芋 ごま	玉葱・トマト・キャベツ・もやし・人参 ピーマン・ほうれん草・しいたけ オレンジ	218kcal-(kcal) 502 食塩相当量(g) 1.9
22	水	せんべい りんごジュース	ピクニック弁当	サッポロポテト 牛乳	鶏肉・かつお節・牛乳	ソフトサラダ・米・片栗粉・油 砂糖・バター・じゃがいも バナナ	りんご飲料・ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・玉葱・バイン缶・バナナ	218kcal-(kcal) 589 食塩相当量(g) 1.6
23	木	せんべい 牛乳	肉野菜うどん(みそ味) 厚焼き卵 ブロッコリーのツナマヨネーズ バイン缶	ゆかりごはん 麦茶	牛乳・鶏肉・油揚げ・味噌 厚焼き卵・ツナ・スキムミルク	ぼたばた焼・うどん・マヨネーズ・米 ごま	ほうれん草・白飯・玉葱・人参・葱 ブロッコリー・キャベツ・コーン・バイン缶	218kcal-(kcal) 453 食塩相当量(g) 1.4
24	金	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉の香り焼き レンコンサラダ 味噌汁 柿	クリームコロン 麦茶	牛乳・鶏肉・竹輪・味噌	雪の宿・米・さつま芋・片栗粉	葱・れんこん・人参・きゅうり・もやし 玉葱・かき	218kcal-(kcal) 472 食塩相当量(g) 1.8
25	土	せんべい	焼きそば 中華スープ	黒糖ケーキ	ウインナー	ソフトサラダ・蒸し麺・油 黒糖ケーキ	キャベツ・人参・もやし・青粉・玉葱 わかめ	218kcal-(kcal) 328 食塩相当量(g) 1.8
27	月	せんべい 牛乳	ごはん 鮭の塩こうじ焼き 納豆サラダ 味噌汁 バイン缶	バナナケーキ 麦茶	牛乳・鮭・納豆・味噌・卵	ぼたばた焼・米・マヨネーズ ホットケーキミックス・砂糖・バター	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり キャベツ・玉葱・バイン缶・バナナ	218kcal-(kcal) 522 食塩相当量(g) 1.7
28	火	せんべい 牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク 魚肉ソーセージ・ハム・オリーブ	雪の宿・米・油・マヨネーズ・砂糖 マヨネーズ	玉葱・人参・ピーマン・グリーンピース キャベツ・きゅうり・コーン・小松菜 もやし・りんご缶	218kcal-(kcal) 555 食塩相当量(g) 1.7
29	水	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉と野菜のみそ焼肉 さつま芋サラダ すまし汁 みかん缶	ゼリーとウエハース 麦茶	牛乳・鶏肉・味噌・チーズ スキムミルク	ソフトサラダ・米・ごま油・さつま芋 マヨネーズ・鮭・砂糖・ウエハース	人参・ピーマン・玉葱・きゅうり ほうれん草・みかん・りんごジュース アガー	218kcal-(kcal) 517 食塩相当量(g) 1.6
30	木	せんべい 牛乳	きつねうどん ひじき入りチキンボール ツナサラダ バナナ	そぼろごはん 麦茶	牛乳・かまぼこ・油揚げ・ツナ・豚肉	ぼたばた焼・うどん・砂糖 マヨネーズ・米	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 キャベツ・ブロッコリー・コーン・小松菜 もやし・りんご缶	218kcal-(kcal) 449 食塩相当量(g) 1.3
31	金	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉のおろし煮 マカロニサラダ 味噌汁 柿	ベジタべるスナック 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 味噌	雪の宿・米・砂糖・マカロニ マヨネーズ・ベジタべる	大根・キャベツ・きゅうり・人参・コーン 白飯・ほうれん草・かき	218kcal-(kcal) 457 食塩相当量(g) 1.8

都合により、内容を少々変更する場合があります。 オレンジ、みかんの時は1歳児はみかん缶になります。 (土)に、飲み物は付きません。 牛久さくら保育園