

予定献立表 (乳児)

平成30年 2月 1日～平成30年 2月28日分
給食日数 23日

月	日	曜日	10時	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
2	1	木	牛乳100m 1	ごはん、おきりこみ(ひもかわ)、ちくわの煮つけ、ほうれん草のお浸し、みかん ケ、ふりかけ	牛乳100m 1、 ビスケット (15)	生乳、油揚げ、煮干し、焼き竹輪、かつお節	こめ、うどん、さといも、車糖	ほんしめじ、だいこん、にんじん、ごぼう、根深ねぎ、ほうれんそう、みかん	540	18.6	13.9	3.4
	2	金	ぶどう ジュース	ごはん、けんちん汁、小松菜のゴマ和え、いちご(30)、ししゃもからあげ2本	牛乳100m 1、 福豆、せんべい(15)、 ピピチーズ(1ケ)	豆腐、かつお節、からふとししゃも、生乳、いり大豆、チーズ(F e)	こめ、板こんにやく、さといも、植物油脂、ごま、車糖、でん粉	ぶどう 果実飲料、にんじん、だいこん、ごぼう、根深ねぎ、こまつな、いちご	566	22.0	18.0	2.3
	3	土	せんべい (15)	ジャムサンドB(食パン)、牛乳200(パック)、みかん ケ	せんべい (15)	生乳	食パン、マーガリン	ブルーベリー、みかん	410	12.0	12.6	1.2
	5	月	牛乳100m 1	ごはん、白菜のクリーム煮、切干大根(小女子2)、かぶと胡瓜の塩もみ、バナナ(1/2本)	牛乳100m 1、 スイートポテト	生乳、ベーコン、ほたてが、い、しばえび、クリーム、いかなご、油揚げ、卵黄	こめ、植物油脂、車糖、さつまいも、マーガリン	はくさい、にんじん、たまねぎ、切干しだいこん、かぶ、きゅうり、バナナ	588	18.9	19.8	1.2
	6	火	牛乳100m 1	ごはん、肉団子の甘辛煮(40)、小松菜の味噌汁、パスタサラダ(マヨドレ)、バナナ(1/2本)	牛乳100m 1、 ツナパン	生乳、ぶたひき肉、全卵、煮干し、油揚げ、まぐろ 缶詰	こめ、パン粉、でん粉、植物油脂、車糖、マカロニ・スパゲッティ、プレミックス粉	にんじん、たまねぎ、こまつな、きゅうり、スイートコーン 缶詰、バナナ、あおのり	780	25.6	33.1	2.5
	7	水	牛乳100m 1	ごはん、鳥のからあげ(卵無)、白菜と油揚げの味噌汁、かぼちゃのサラダ、伊予かん(40g)	牛乳100m 1、 ラスク	生乳、とりもも[若鶏肉]、油揚げ、煮干し	こめ、でん粉、植物油脂、フランスパン、マーガリン、ざらめ糖	しょうが、にんにく、はくさい、根深ねぎ、にんじん、西洋かぼちゃ、きゅうり、スイートコーン、いよかん	664	22.8	27.2	2.7
	8	木	牛乳100m 1	ごはん、炒りたまご、ミネストローネ、小松菜のお浸し、バナナ(1/2本)	牛乳100m 1、 人参ドーナツ20	生乳、全卵、ぶたひき肉、ベーコン、かつお節	こめ、車糖、植物油脂、じゃがいも、マカロニ・スパゲッティ、薄力粉、バター	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、スイートコーン 缶詰、セロリー、トマト、キャベツ、こまつな、バナナ	667	21.0	25.2	1.5
	9	金	牛乳100m 1	ごはん、和風スパゲッティ(20)、コンスープ(さ)、きゅうりとツナのあえ物、伊予かん(40g)、ふりかけ	牛乳100m 1、 おから入り蒸しパン	生乳、ベーコン、全卵、まぐろ 缶詰、おから	こめ、マカロニ・スパゲッティ、植物油脂、ごま、車糖、薄力粉、バター	にんじん、たまねぎ、青ピーマン、キャベツ、ほんしめじ、にんにく、スイートコーン 缶詰、きゅうり、いよかん	732	23.0	28.3	2.4
	10	土	せんべい (15)	小型パン♪、牛乳200(パック)、バナナ	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉、車糖、バター	バナナ	519	12.3	11.3	1.0
	13	火	牛乳100m 1	ごはん、麻婆豆腐、ふとわかめの味噌汁(たまねぎ)、切干サラダ、オレンジ(40)	ラスク、牛乳100m 1	生乳、豆腐、ぶたひき肉、煮干し	こめ、でん粉、車糖、植物油脂、焼きふ、普通はるさめ、フランスパン、マーガリン、ざらめ糖	根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、湯通し塩蔵わかめ、切干しだいこん、きゅうり、ネーブル	600	20.9	21.2	2.9
	14	水	牛乳100m 1	ごはん、糸こんにふの煮物(さ)、ごぼうと白菜の味噌汁、ブロッコリーのマヨドレ和え、伊予かん(40g)	牛乳100m 1、 アップルパイ	生乳、ぶたかたロース、豆腐、煮干し	こめ、植物油脂、車糖、ビザクラスト、バター	まこんぶ、しょうが、にら、りょくとともやし、にんじん、ごぼう、はくさい、ブロッコリー、いよかん、りんご	614	21.5	21.8	2.6
	15	木	牛乳100m 1	ごはん、ヒレカツ(中50)、中華風に卵汁、キャベツと胡瓜の和風和え、バナナ(1/2本)	ヨーグルト、 ウエハース (15)	生乳、ぶたヒレ、全卵、ヨーグルト	こめ、薄力粉、パン粉、植物油脂、でん粉	にら、キャベツ、きゅうり、バナナ	592	25.6	17.7	1.7
	16	金	ジョアラ イト	ごはん、ポークカレー(豆)、牛乳100m 1、キャベツと胡瓜の中華風和え物、伊予かん(40g)	干し芋、リンゴジュース、 せんべい (15)	ジョアライト、ぶたもも、だ、いず水煮缶詰、生乳	こめ、じゃがいも、植物油脂、車糖、さつまいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、いよかん、りんご 果実飲料	703	18.1	14.5	1.8
	17	土	せんべい (15)	小型パン♪、牛乳200(パック)、バナナ	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉、車糖、バター	バナナ	519	12.3	11.3	1.0
	19	月	牛乳100m 1	ごはん、肉入り焼きそば(25ピーマン入り)、レタススープ、春雨とハムの拌三条、オレンジ(40)	牛乳100m 1、 フライドポテト(青のり)	生乳、ぶたもも、ベーコン、ハム	こめ、中華めん、植物油脂、普通はるさめ、車糖、じゃがいも	にんじん、青ピーマン、キャベツ、レタス、えのきたけ、根深ねぎ、きゅうり、ネーブル、あおのり	552	17.7	17.4	1.9
	20	火	牛乳100m 1	ごはん、ハンバーグ、ブロッコリーのマヨドレ和え、コンスープ(さ)、いちご(30)	野菜ジュース、 ピピ チーズ(1ケ)、 ビスケット (15)	生乳、ぶたひき肉、全卵、 チーズ(F e)	こめ、パン粉、植物油脂	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、スイートコーン 缶詰、いちご、野菜ジュース	563	21.5	22.7	1.7
	21	水	牛乳100m 1	コーンご飯、豚汁、ウインナーケチャップ炒め、ブロッコリーのおかかあえ、いちご(30)	牛乳100m 1、 一口ドーナツ	生乳、ぶたもも、豆腐、煮干し、ソーセージ、かつお節、全卵	こめ、バター、さといも、植物油脂、薄力粉、車糖	スイートコーン 缶詰、あおのり、にんじん、ごぼう、だいこん、根深ねぎ、ブロッコリー、いちご、干しぶどう	682	24.6	24.2	2.4
	22	木	牛乳100m 1	ごはん、ストロガノフ風(ポーク)、オリヴィエサラダ、ミニトマト(20)、バナナ(1/2本)	ショートケーキ♪、 牛乳100m 1	生乳、ぶたかたロース、全卵	こめ、植物油脂、じゃがいも、中力粉、車糖、バター	にんじん、たまねぎ、ぶなしめじ、きゅうり、スイートコーン 缶詰、ミニトマト、バナナ、いちご	811	22.1	26.6	1.4
	23	金	牛乳100m 1	ごはん、じゃがいものカレー煮(50)、小松菜の味噌汁、胡瓜(25)、みかん ケ	リンゴジュース、 おしゃぶり こんにふ、 せんべい (15)	生乳、ぶたばら、煮干し、油揚げ	こめ、じゃがいも、車糖	にんじん、たまねぎ、グリーンピース水煮缶詰、こまつな、きゅうり、みかん、りんご 果実飲料、りしりこんにふ	543	14.6	12.4	2.3
	24	土	せんべい (15)	小型パン♪、牛乳200(パック)、みかん ケ	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉、車糖、バター	バナナ、みかん	471	11.7	11.2	1.0
	26	月	リンゴ ジュース	ごはん、煮込みうどん(ゆで60豚)、切りこぶの炒め煮、ブロッコリーのおかかあえ、いちご(30)、ふりかけ	黒糖蒸しパン、 牛乳100m 1	ぶたもも、油揚げ、煮干し、かつお節、生乳	こめ、うどん、植物油脂、車糖、プレミックス粉、黒砂糖	りんご 果実飲料、にんじん、根深ねぎ、りしりこんにふ、切干しだいこん、ブロッコリー、いちご	558	16.1	9.4	3.3
	27	火	牛乳100m 1	ごはん、豆腐・わかめの味噌汁、インディアンサラダ(50)、伊予かん(40g)、豚肉のため煮	ジョアライト、 ビスケット (15)	生乳、豆腐、煮干し、ぶたかたロース、ジョアライト	こめ、じゃがいも、しらたき、車糖	湯通し塩蔵わかめ、にんじん、スイートコーン 缶詰、きゅうり、いよかん、たまねぎ	620	21.1	21.1	2.2
	28	水	牛乳100m 1	ごはん、かじきと大根の煮物(60)、青菜とコーンのお浸し、玉葱とわかめのスープ、バナナ(1/2本)	マカロニのあ べかわ、牛乳 100m 1	生乳、まかじき、全卵、きな粉	こめ、板こんにやく、植物油脂、車糖、マカロニ・スパゲッティ	だいこん、にんじん、グリーンピース水煮缶詰、スイートコーン 缶詰、こまつな、たまねぎ、湯通し塩蔵わかめ、バナナ	546	20.1	14.7	1.3
期間平均									602	19.3	18.9	2.0