

予 定 献 立 表 (乳児)

平成30年 4月 1日～平成30年 4月30日分  
給食日数 24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	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
4	2	月		ショートケーキ(ホール)		全卵, 生乳	中力粉, 車糖, バター	いちご	471	9.9	3.9	0.0
	3	火	牛乳100ml	ごはん, 麻婆豆腐, 小松菜の味噌汁, きゅうりとツナのあえ物, グレープフルーツ (70)	ヨーグルト, せんべい (15)	生乳, 豆腐, ぶたひき肉, 煮干し, 油揚げ, まぐろ缶詰, ヨーグルト	こめ, でん粉, 車糖, 植物油脂, ごま	根深ねぎ, しょうが, にんにく, にんじん, こまつな, きゅうり, グレープフルーツ	554	22.9	16.6	2.8
	4	水	リンゴジュース	ごはん, キーマカレー, 牛乳100ml, きゃべつとはむのフレンチサラダ, いちご (30)	ジョアライト, ラスク, ビビチーズ(1ケ)	とりひき肉, 生乳, ハム, ジョアライト, チーズ (F e)	こめ, 植物油脂, フランスパン, マーガリン, ざらめ糖	りんご 果実飲料, トマト 缶詰, たまねぎ, にんじん, 青ピーマン, にんにく, しょうが, キャベツ, きゅうり, いちご	673	20.8	21.3	2.1
	5	木	牛乳100ml	ごはん, スパゲティナポリタン (22), レタススープ, 青菜とコーンのお浸し, オレンジ (60), ふりかけ	牛乳100ml, クラッカー (15)	生乳, ぶたひき肉, ナチュラルチーズ, ベーコン	こめ, マカロニ・スパゲッティ, 植物油脂	にんじん, たまねぎ, レタス, えのきたけ, 根深ねぎ, スイートコーン 缶詰, こまつな, ネーブル	615	19.7	21.3	2.4
	6	金	牛乳100ml	ごはん, サケフライ, じゃがいもサラダ (マヨドレ), トマトと卵のスープ, パナナ (1/2本)	牛乳100ml, せんべい (15)	生乳, しろさけ, 全卵	こめ, 薄力粉, パン粉, 植物油脂, じゃがいも	あおりの, きゅうり, にんじん, キャベツ, トマト, パナナ	625	22.6	21.4	2.1
	7	土	せんべい (15)	ジャムサンドB (食パン), 牛乳200 (パック), パナナ	せんべい (15)	生乳	食パン, マーガリン	ブルーベリー, パナナ	458	12.6	12.7	1.2
	9	月	牛乳100ml	ごはん, やきそば (25g ウインナー), 中華風に卵汁, きゅうりのおかか, 和え, パナナ (1/2本), ふりかけ	チョコパン, 牛乳100ml	生乳, ソーセージ, 全卵, 削り節	こめ, 中華めん, ごま, 植物油脂, でん粉	りょくとうもやし, キャベツ, にんじん, あおりの, なら, きゅうり, パナナ	668	20.0	24.1	2.9
	10	火	牛乳100ml	ごはん, かじきのつた揚げ, チンゲン菜と卵のスープ, 春雨とハムの拌三糸, はっさく (80)	牛乳100ml, せんべい (15)	生乳, まかじき, 全卵, ハム	こめ, 植物油脂, でん粉, 薄力粉, 普通はるさめ, 車糖	しょうが, チンゲンサイ, 生しいたけ, たまねぎ, きゅうり, はっさく	571	25.3	16.4	2.2
	11	水	牛乳100ml	ごはん, いそ豆, ふとわかめの味噌汁, 中華つけ, パナナ (1/2本)	牛乳100ml, ツナパン	生乳, だいた煮缶詰, さつま揚げ, ぶたかたロール, 煮干し, まぐろ 缶詰, 全卵	こめ, 車糖, 植物油脂, 焼きふ, プレミックス粉	ひじき, にんじん, スイートコーン 缶詰, 根深ねぎ, 湯通し塩蔵わかめ, きゅうり, パナナ, たまねぎ, あおりの	623	21.6	22.9	3.2
	12	木	ジョアライト	ごはん, ポークカレー, 牛乳100ml, キャベツと胡瓜の中華風和え物, オレンジ (40)	プリン市販, せんべい (15)	ジョアライト, ぶたもも, 生乳	こめ, じゃがいも, 植物油脂, 車糖	にんじん, たまねぎ, キャベツ, きゅうり, ネーブル	674	23.4	19.1	2.0
	13	金	牛乳100ml	ごはん, 肉じゃが (豚), 豆腐・わかめの味噌汁, 小松菜のゴマ和え, はっさく (40)	牛乳100ml, せんべい (15)	生乳, ぶたもも, 豆腐, 煮干し	こめ, じゃがいも, しらたき, 植物油脂, 車糖, ごま	たまねぎ, さやいんげん, にんじん, 湯通し塩蔵わかめ, こまつな, はっさく	506	18.8	12.9	2.2
	14	土	せんべい (15)	小型パン, 牛乳200 (パック), パナナ (1/2本)	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉, 車糖, バター	パナナ	481	11.8	11.2	1.0
	16	月	牛乳100ml	ごはん, 豚肉のいため煮, 青菜とじゃこのお浸し, たまねぎとわかめとえのきのスープ, オレンジ (40)	ヨーグルト和え (パナナ50), せんべい (15)	生乳, ぶたかたロール, しらす干し, ヨーグルト	こめ, しらたき, 車糖	たまねぎ, こまつな, えのきたけ, 湯通し塩蔵わかめ, ネーブル, パナナ, みかん 缶詰	497	17.2	12.1	1.8
	17	火	リンゴジュース	ごはん, 豆腐ハンバーグ (50), ふとわかめの味噌汁 (たまねぎ), キャベツと胡瓜の塩もみ, ミニトマト (20)	牛乳100ml, せんべい (15)	豆腐, とりひき肉, プロセスチーズ, 全卵, 粉乳, 煮干し, 生乳	こめ, パン粉, 植物油脂, 焼きふ	りんご 果実飲料, 根深ねぎ, にんじん, たまねぎ, 湯通し塩蔵わかめ, キャベツ, きゅうり, ミニトマト	522	19.3	13.1	1.9
	18	水	牛乳100ml	ケチャップライス, 小松菜とコーンのサラダ, 卵スープ, いちご (30)	牛乳100ml, 一口ドーナツ	生乳, ソーセージ, 全卵	こめ, 植物油脂, でん粉, 薄力粉, 車糖	たまねぎ, にんじん, 青ピーマン, こまつな, スイートコーン 缶詰, 生しいたけ, いちご, 干しぶどう	611	17.5	23.8	2.2
	19	木	リンゴジュース	ごはん, 角煮 (かじき) 50, インディアンサラダ (40), キャベツともやしのスープ, オレンジ (40)	牛乳100ml, クリームパン	まかじき, 生乳	こめ, 車糖, じゃがいも	りんご 果実飲料, しょうが, スイートコーン 缶詰, にんじん, きゅうり, キャベツ, りょくとうもやし, ネーブル	691	26.2	17.4	2.0
	20	金	牛乳200 (パック)	ごはん, 煮込みうどん (ゆで60豚), 厚揚げ煮つけ (30), 小松菜のお浸し, オレンジ (35), ふりかけ	牛乳100ml, ラスク	生乳, ぶたもも, 油揚げ, 煮干し, 生揚げ, かつお節	こめ, うどん, 車糖, フランスパン, マーガリン, ざらめ糖	にんじん, 根深ねぎ, こまつな, ネーブル	631	23.6	20.4	3.4
	21	土	せんべい (15)	小型パン, 牛乳200 (パック), パナナ	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉, 車糖, バター	パナナ	519	12.3	11.3	1.0
	23	月	牛乳100ml	ごはん, 肉じゃが (豚), チンゲン菜のスープ, 胡瓜 (30), パナナ (1/2本)	野菜ジュース, ビビチーズ (3ケ), せんべい (15)	生乳, ぶたもも, チーズ (F e)	こめ, じゃがいも, しらたき, 植物油脂, 車糖	たまねぎ, さやいんげん, にんじん, チンゲンサイ, きゅうり, パナナ, 野菜ジュース	496	16.5	11.4	1.7
	24	火	牛乳100ml	ごはん, スペイン風オムレツ, 野菜のアヒージョ, ジュリアナスープ, オレンジ (35)	牛乳100ml, ショートケーキ	生乳, 全卵, ベーコン	こめ, じゃがいも, バター, 植物油脂, 車糖, 中力粉	青ピーマン, たまねぎ, トマト, こまつな, にんじん, スイートコーン 缶詰, キャベツ, トマト 缶詰, りょくとうもやし, ネーブル, いちご	669	20.5	17.3	1.3
	25	水	牛乳100ml	ごはん, カレーうどん (ゆで60), ソフトさつま揚げ煮, ふりかけ, 小松菜のゴマ和え, いちご (30)	牛乳100ml, みそ蒸しパン	生乳, ぶたもも, さつま揚げ	こめ, うどん, 植物油脂, 車糖, ごま, 薄力粉	にんじん, たまねぎ, こまつな, いちご	646	23.1	16.1	4.8
	26	木	牛乳100ml	ごはん, 菜羹きんぴら, 豆腐とわかめの味噌汁, きゅうりのおかか, 和え, パナナ (1/2本)	オレンジゼリー, せんべい (15)	生乳, ぶたかた, さつま揚げ, 豆腐, 煮干し, 削り節, ホイップクリーム	こめ, 植物油脂, 車糖	ごぼう, にんじん, 青ピーマン, 湯通し塩蔵わかめ, きゅうり, パナナ, みかん 果実飲料	521	16.9	14.4	2.8
	27	金	牛乳100ml	ごはん, ししゃもからあげ2本, じゃがいもとにんじんの味噌汁, ごまサラダ, はっさく (40)	牛乳100ml, マカロニのあべかわ	生乳, からふとししゃも, 豆腐, 煮干し, きな粉	こめ, 植物油脂, でん粉, じゃがいも, ごま, マカロニ・スパゲッティ, 車糖	にんじん, 根深ねぎ, りょくとうもやし, きゅうり, はっさく	620	25.3	21.8	1.9
	28	土	せんべい (15)	小型パン, 牛乳200 (パック), パナナ (1/2本)	せんべい (15)	生乳	プレミックス粉, 車糖, バター	パナナ	481	11.8	11.2	1.0
期間平均									576	19.2	16.4	2.1