

予定献立表 (未満児)

令和 6年 9月 1日~令和 6年 9月30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	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	長塩 相当量 [g]
9	2	月	牛乳100ml	ごはん、にくだんごのあまからに、キャベツともやしのスープ、まかにさらだ(まよどれ)、グレープフルーツ (50)	麦茶、せんべい (15)	生乳、ぶたひき肉、全卵	こめ、パン粉、でん粉、植物油、車糖、マカロニ・スパゲッティ、フレンチドレッシング、甘辛せんべい	にんじん、たまねぎ、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、スイートコーン 缶詰、グレープフルーツ	586	19.0	21.6	2.1
	3	火	麦茶	ごはん、麻婆豆腐、じゃがいもさらだ(まよどれ)、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、らすく(ここあ)	豆腐、ぶたひき肉、生乳	こめ、でん粉、車糖、植物油、じゃがいも、フレンチドレッシング、ざらめ糖、焼きふ	根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、きゅうり、バナナ	496	18.3	16.0	1.6
	4	水	ヤクルト	ごはん、野菜カレー、小松菜のサラダ、△かぶとウインナーのミルクスープういんなーみるく、オレンジ (40)	麦茶、せんべい (15)	ヤクルト、ぶたヒレ、ソーセージ、生乳	こめ、じゃがいも、植物油、車糖、甘辛せんべい	にんじん、たまねぎ、なす、西洋かぼちゃ、さやいんげん、こまつな、スイートコーン 缶詰、かぶ、かぶ葉、ネーブル	500	12.7	13.9	2.7
	5	木	麦茶	ごはん、磯煮、じゃがいもにんじんのみそしる、中華つけ、グレープフルーツ (50)	よーぐると、クラッカー (15)	だいず、ぶたもも、さつま揚げ、豆腐、煮干し、ヨーグルト	こめ、じゃがいも、植物油、車糖、クラッカー	にんじん、ひじき、スイートコーン 缶詰、根深ねぎ、きゅうり、グレープフルーツ	480	17.6	12.2	2.5
	6	金	牛乳100ml	ごはん、肉じゃが(豚)、きのこスープ(中華)、きゅうりとつなのあえもの、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、チョコパン	生乳、ぶたもも、ベーコン、まぐる 缶詰	こめ、じゃがいも、しらたき、植物油、車糖、ごま、チョココロネ	たまねぎ、さやいんげん、にんじん、えのきたけ、ほんしめじ、生しいたけ、きゅうり、バナナ	632	19.9	22.9	1.8
	7	土	せんべい (15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい (15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	9	月	牛乳100ml	ごはん、えいようきんぴら、じゃがいものみそ汁、キャベツのごま酢あえ、ばなな(1/2)ほん	麦茶、せんべい (15)	生乳、ぶたかた、さつま揚げ、煮干し	こめ、植物油、車糖、じゃがいも、ごま、甘辛せんべい	ごぼう、にんじん、青ピーマン、根深ねぎ、キャベツ、きゅうり、バナナ	492	15.0	13.5	2.3
	10	火	麦茶	ごはん、ひやしちゅうか(35)きんし、あつあげにつけ、ふりかけ、オレンジ (40)	牛乳100ml、むしぼん	全卵、焼き豚、かつお節、生揚げ、生乳	こめ、中華めん、植物油、車糖、ごま、薄力粉	きゅうり、トマト、ネーブル	562	20.0	13.0	2.6
	11	水	ヤクルト	ごはん、親子煮、きゃべつときゅうりのまよざらだ、だいこんとベーコンのすーぶ、グレープフルーツ (50)	麦茶、クラッカー (15)	ヤクルト、とりむね〔成鶏肉〕、全卵、ベーコン	こめ、車糖、植物油、マヨネーズ、クラッカー	にんじん、たまねぎ、グリーンピース水煮缶詰、キャベツ、きゅうり、だいこん、根深ねぎ、乾しいたけ、グレープフルーツ	457	13.7	15.4	1.8
	12	木	麦茶	ごはん、豆腐ハンバーグ(50)、ふとわかめの味噌汁、きりぼしさらだ、ばなな(1/2)ほん	麦茶、とうもろこし (70)	豆腐、とりひき肉、全卵、粉乳、ナチュラルチーズ、湯通し塩蔵わかめ、煮干し	こめ、パン粉、植物油、焼きふ、普通はるさめ、車糖	根深ねぎ、にんじん、切干しだいこん、きゅうり、バナナ、スイートコーン	449	19.5	11.6	2.0
	13	金	牛乳100ml	ごはん、鳥のからあげ、ちんげんさいのすーぶ、かぼちゃのスープ、オレンジ (40)	麦茶、びすけつと(15)	生乳、全卵、とり手羽〔若鶏肉〕、ベーコン	こめ、でん粉、植物油、ビスケット	しょうが、にんにく、チンゲンサイ、にんじん、西洋かぼちゃ、たまねぎ、スイートコーン 缶詰、ネーブル	515	18.5	21.0	1.6
	14	土	せんべい (15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい (15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	17	火	麦茶	ごはん、まーぼーどうふなす、ふとわかめの味噌汁、かぶと胡瓜の塩もみ、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、チーズパン	豆腐、ぶたひき肉、湯通し塩蔵わかめ、煮干し、生乳	こめ、でん粉、車糖、植物油、焼きふ	なす、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、かぶ、きゅうり、バナナ	592	19.6	20.7	2.2
	18	水	ヤクルト	ごはん、はやしらいす(るー)、コールスロー、こまつなとしめじのすーぶみるく、オレンジ (40)	麦茶、マカロニのあべかわ	ヤクルト、ぶたかたロース、まこんぶ、生乳、ベーコン、きな粉	こめ、植物油、マカロニ・スパゲッティ、ざらめ糖	たまねぎ、にんじん、グリーンピース水煮缶詰、にんにく、キャベツ、スイートコーン 缶詰、ほんしめじ、こまつな、ネーブル	486	14.7	15.4	2.5
	19	木	麦茶	ひじきごはん、玉葱とわかめのスープ、春雨とハムの拌三条、ポイルウインナー (20)、グレープフルーツ (50)	よーぐると、クラッカー (15)	油揚げ、だいず水煮缶詰、全卵、湯通し塩蔵わかめ、ハム、ソーセージ、ヨーグルト	こめ、ざらめ糖、植物油、普通はるさめ、車糖、クラッカー	ひじき、にんじん、乾しいたけ、グリーンピース水煮缶詰、たまねぎ、きゅうり、グレープフルーツ	401	14.5	12.4	2.1
	20	金	牛乳100ml	ごはん、じゃがいものカレーに(50)、豆腐・えのき・わかめの味噌汁、こまつなとにんじんのおかかあえ、ばなな(1/2)ほん	麦茶、ふるっつぼんち(せりー)	生乳、ぶたばら、豆腐、煮干し、湯通し塩蔵わかめ、かつお節	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、えのきたけ、こまつな、バナナ、みかん 缶詰、もも 缶詰、レモン	484	16.6	13.0	2.3
	21	土	せんべい (15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい (15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	24	火	麦茶	ごはん、にくいりやきそば(25びーまん)いり、卵スープ、胡瓜のピクルス、オレンジ (40)	牛乳100ml、黒むしパン	ぶたもも、全卵、生乳	こめ、中華めん、植物油、でん粉、車糖、薄力粉、黒砂糖	にんじん、青ピーマン、キャベツ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、ネーブル	497	15.8	11.5	1.9
	25	水	ヤクルト	たまごチャーはん、ごぼうサラダ、キャベツといんげんのスープ、ポイルウインナー (20)、グレープフルーツ (50)	ぶりんしはん、クラッカー (15)	ヤクルト、全卵、ベーコン、ソーセージ	こめ、植物油、ごま、マヨネーズ、クラッカー	ごぼう、にんじん、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、さやいんげん、グレープフルーツ	615	16.3	22.0	1.5
	26	木	麦茶	ごはん、豆腐なげつと(50)、大根と揚げの味噌汁、胡瓜ともやしのナムル、ばなな(1/2)ほん	麦茶、塩ゆでじゃが芋 (70)	豆腐、とりひき肉、プロセスチーズ、全卵、粉乳、煮干し、油揚げ	こめ、パン粉、植物油、車糖、ごま、じゃがいも	根深ねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、りょくとうもやし、バナナ	433	17.8	13.2	2.0
	27	金	牛乳100ml	ごはん、たんどりーちきん、はんぺんとこまつなのすまししる、きゅうりのおかか和え、オレンジ (40)	麦茶、びすけつと(15)	生乳、とりもも〔成鶏肉〕、ヨーグルト、まこんぶ、かつお節、全卵、削り節	こめ、植物油、ビスケット	こまつな、きゅうり、ネーブル	455	19.0	18.9	2.1
	28	土	せんべい (15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい (15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	30	月	牛乳100ml	ごはん、にくだんごのあまからに、レタススープ、ばすたさらだ(まよどれ)、グレープフルーツ (50)	麦茶、せんべい (15)	生乳、ぶたひき肉、全卵、ベーコン	こめ、パン粉、でん粉、植物油、車糖、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ、甘辛せんべい	にんじん、たまねぎ、レタス、えのきたけ、根深ねぎ、きゅうり、スイートコーン 缶詰、グレープフルーツ	594	18.9	24.6	1.7
期間平均									512	16.4	15.6	1.9