

予 定 献 立 表 (未満児)

令和 6年 5月 1日～令和 6年 5月31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]
5	1	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、グレープフルーツ (50)	麦茶、塩ゆでじゃがいも (100)	ヤクルト、全卵、ベーコン	こめ、植物油、ごま、マヨネーズ、じゃがいも	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	433	9.7	9.1	0.7
	2	木	麦茶	ごはん、△豆腐のまさご揚げ、ふとわかめの味噌汁、きりぼしさらだ、ばなな(1/2)ほん	ぶどうゼリー、クラッカー (15)	豆腐、とりひき肉、しらす干し、全卵、湯通し塩蔵わかめ、煮干し	こめ、でん粉、植物油、焼きふ、普通はるさめ、車糖、クラッカー	にんじん、切干しだいこん、きゅうり、バナナ、ぶどう 果実飲料	486	17.2	14.6	2.1
	7	火	麦茶	ごはん、麻婆豆腐、じゃがいもさらだ(まよどれ)、なすのみそしる、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、らすく(ここあ)	豆腐、ぶたひき肉、油揚げ、煮干し、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、なす、たまねぎ、バナナ	536	21.0	17.7	2.5
	8	水	ヤクルト	ごはん、ポークカレー、コールスロー、こまつなとしめじのすーびみるく、オレンジ (40)	牛乳100ml、マカロニのあべかわ	ヤクルト、ぶたもも、だいたず水煮缶詰、まこんぶ、生乳、ベーコン、きな粉	こめ、じゃがいも、植物油、マカロニ・スパゲッティ、ざらめ糖	にんじん、たまねぎ、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	590	21.3	20.4	2.5
	9	木	麦茶	ごはん、磯煮、じゃがいもとにんじんのみそしる、中華揚げ、グレープフルーツ (50)	よーぐると、クラッカー (15)	だいたず、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
	10	金	牛乳100ml	ごはん、肉じゃが(豚)、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	牛乳100ml、△カスタードクリームパン	生乳、ぶたもも、豆腐、煮干し、湯通し塩蔵わかめ、かつお節、卵黄	こめ、じゃがいも、しらたき、植物油、車糖、ロールパン、薄力粉、でん粉、バター	たまねぎ、さやいんげん、にんじん、えのきたけ、こまつな、バナナ	673	26.1	20.2	2.7
	11	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
	13	月	牛乳100ml	ごはん、えいようきんぴら、かぼちゃのみそ汁、キャベツとわかめのサラダ、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、せんべい (15)	生乳、ぶたかた、さつま揚げ、油揚げ、煮干し、湯通し塩蔵わかめ	こめ、植物油、車糖、甘辛せんべい	ごぼう、にんじん、青ピーマン、西洋かぼちゃ、根深ねぎ、生しいたけ、キャベツ、きゅうり、バナナ	539	18.0	16.3	2.6
	14	火	麦茶	ごはん、にくいりやきそば(2.5びーまん)いり、卵スープ、きゅうりのびくろす、オレンジ (40)	牛乳100ml、むしぼんここあ	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	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	508	16.6	11.6	1.9
	15	水	ヤクルト	ごはん、炒りたまご、キャベツときゅうりのサラダ、だいこんとペーこんのすーぶ、グレープフルーツ (50)	ちょこばなな、麦茶	ヤクルト、全卵、ぶたひき肉、ベーコン	こめ、車糖、植物油	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、スイートコーン 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、バナナ	419	13.4	12.5	1.6
	16	木	麦茶	ごはん、豆腐ハンバーグ (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	ぶりんしはん、クラッカー (15)	豆腐、とりひき肉、全卵、粉乳、ナチュラルチーズ、煮干し、油揚げ	こめ、パン粉、植物油、車糖、ごま、クラッカー	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	575	23.7	20.8	2.4
	17	金	牛乳100ml	ごはん、鳥のからあげ、なるととこまつなのすまし、きゅうりのおかか、和え、オレンジ (40)	麦茶、おたんじょうかいけーき	生乳、全卵、とり手羽 [若鶏肉]、かつお節、なると、削り節	こめ、でん粉、植物油、ショートケーキ	しょうが、にんにく、こまつな、きゅうり、ネーブル	572	21.6	21.2	2.4
	18	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
	20	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)	牛乳100ml、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	649	21.9	28.0	1.8
	21	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、△ジャムパン	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、食パン	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、あんずジャム	600	22.5	15.9	2.9
	22	水	ヤクルト	ごはん、はやしらす(るー)、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)	牛乳100ml、らすく(きなこ)	ヤクルト、ぶたかたコース、ソーセージ、生乳、きな粉	こめ、植物油、車糖、ざらめ糖、焼きふ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース水煮缶詰、にんにく、こまつな、スイートコーン 缶詰、かぶ、かぶ葉、ネーブル	561	20.3	19.9	2.4
	23	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、グレープフルーツ (50)、ポイルウインナー (20)	よーぐると、クラッカー (15)	油揚げ、だいたず水煮缶詰、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
	24	金	牛乳100ml	ごはん、ちくぜんに(じゃが)、きのこスープ(中華)、胡瓜とツナのあえ物、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、1、こーんぱん	生乳、とりむね [成鶏肉]、焼き竹輪、ベーコン、まぐろ缶詰、全卵、あおのり	こめ、じゃがいも、板こんにやく、車糖、植物油、ごま、プレミックス粉、マヨネーズ	にんじん、えのきたけ、ほんしめじ、たまねぎ、生しいたけ、きゅうり、バナナ、スイートコーン 缶詰	588	22.8	19.8	2.3
	25	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
	27	月	牛乳100ml	ごはん、だいこんきんぴら、キャベツのごま酢あえ、じゃがいものみそ汁、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、1、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、ごま、じゃがいも、甘辛せんべい	にんじん、青ピーマン、だいこん、キャベツ、きゅうり、根深ねぎ、バナナ	549	18.5	17.6	2.4
	28	火	麦茶	ごはん、すばげていなぼりたん(2.2)、トマトと卵のスープ、胡瓜の塩もみ、オレンジ (40)	牛乳100ml、1、むしぼんここあ	ぶたひき肉、ナチュラルチーズ、全卵、生乳	こめ、マカロニ・スパゲッティ、植物油、薄力粉、車糖	にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマト、スイートコーン 缶詰、きゅうり、ネーブル	574	19.0	14.2	2.1
	29	水	ヤクルト	ごはん、かにたまふうたまごやき、ごぼうサラダ、キャベツといんげんのスープ、グレープフルーツ (50)	麦茶、塩ゆでじゃが芋 (70)	ヤクルト、全卵、焼き抜きまぼこ、ベーコン	こめ、植物油、車糖、でん粉、たけのこ、ごま、マヨネーズ、じゃがいも	青ピーマン、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	460	14.4	16.4	1.3
	30	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	ひとくちどーなつ、牛乳100ml	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、生乳	こめ、パン粉、植物油、焼きふ、普通はるさめ、車糖、薄力粉	根深ねぎ、にんじん、切干しだいこん、きゅうり、バナナ、干しぶどう	594	23.0	19.6	2.1
	31	金	牛乳100ml	ごはん、鳥のからあげかれーふう、ちんげんさいのすーび、かぼちゃのさらだ(まよどれ)、オレンジ (40)	麦茶、びすけつと(1.5)	生乳、とりもも [若鶏肉]、全卵	こめ、でん粉、植物油、フレンチドレッシング、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、きゅうり、スイートコーン 缶詰、ネーブル	481	16.2	17.3	2.0
期 間 平 均									534	18.2	16.3	2.0