

予定献立表 (未満児)

令和 6年 6月 1日～令和 6年 6月30日分
給食日数 25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]
6	1	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
	3	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,まかろにさらだ(まよどれ),グレープフルーツ(50)	牛乳100ml 1,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,りょくともやし,きゅうり,スイートコーン 缶詰,グレープフルーツ	641	22.0	25.0	2.2
	4	火	麦茶	ごはん,麻婆豆腐,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 1,らすく (ここあ)	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,ざらめ糖	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	486	20.8	14.3	2.0
	5	水	ヤクルト	ごはん,チキンカレー,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)	牛乳100ml 1,マカロニ のあべかわ	ヤクルト,とりむね [成鶏肉],ソーセージ,生乳,きな粉	こめ,じゃがいも,植物油,車糖,マカロニ・スパゲッティ,ざらめ糖	にんじん,たまねぎ,にんにく,こまつな,スイートコーン 缶詰,かぶ,かぶ薬,ネーブル	571	19.3	18.3	2.4
	6	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)	だいち,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
	7	金	牛乳100ml	ごはん,肉じゃが(豚),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,くりーむ ぱん	生乳,ぶたもも,ベーコン,まぐろ 缶詰	こめ,じゃがいも,しらたき,植物油,車糖,ごま,クリームパン	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	665	22.5	19.9	1.9
	8	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
	10	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 1,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
	11	火	麦茶	ごはん,卵スープ,きゅうりのびくるす,にくりやきそば(2.5びーまん)いり,オレンジ(40)	牛乳100ml 1,こくとう むしばん	全卵,ぶたもも,生乳	こめ,でん粉,車糖,植物油,中華めん,プレミックス粉,黒砂糖	生しいたけ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,青ピーマン,キャベツ,ネーブル	468	15.3	11.3	2.2
	12	水	ヤクルト	たまごチャーハン,ごぼうサラダ,キャベツとしいげんのスープ,ポイルウインナー(20),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,ベーコン,ソーセージ	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	474	11.3	14.6	1.1
	13	木	麦茶	ごはん,豆腐ハンバーグ(50),ふとわかめの味噌汁,きりばしさらだ,ばなな(1/2)ほん	ぶどうぜり ー,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,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,クラッカー	根深ねぎ,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	487	18.9	13.9	2.2
	14	金	牛乳100ml	ごはん,鳥のからあげ,ちんげんさいのすーぶ,かぼちゃのさらだ(まよどれ),オレンジ(40)	麦茶,びすけ つと(15)	生乳,全卵,とり手羽 [若鶏肉]	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	479	16.7	17.3	2.0
	15	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	月	牛乳100ml	ごはん,あげにくのとまとあんかけ,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 1,せんべい (15)	生乳,ぶたロース,ベーコン	こめ,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	たまねぎ,トマト,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,にんじん,グレープフルーツ	633	22.2	26.9	2.3
	18	火	麦茶	ごはん,変わり麻婆豆腐,たまねぎのわかめのすーぶ,春風とハムの拌三条,グレープフルーツ(50)	牛乳100ml 1,つなばん (15)	豆腐,とりひき肉,全卵,湯通し塩蔵わかめ,ハム,生乳,まぐろ 缶詰,あおのり	こめ,植物油,でん粉,普通はるさめ,車糖,プレミックス粉,マヨネーズ	にら,にんにく,にんじん,しょうが,たまねぎ,きゅうり,グレープフルーツ	548	21.8	22.8	2.0
	19	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)	牛乳100ml 1,らすく (ここあ)	ヤクルト,ぶたかたロース,まこんぶ,生乳,ベーコン	こめ,植物油,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,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	537	19.1	18.4	2.5
	20	木	麦茶	ひじきごはん,じゃがいもさらだ(まよどれ),△豆腐と大根のみそ汁,ポイルウインナー(20),ばなな(1/2)ほん	よーぐると, クラッカー (15)	油揚げ,だいち水煮缶詰,煮干し,豆腐,ソーセージ,ヨーグルト	こめ,ざらめ糖,植物油,じゃがいも,フレンチドレッシング,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,きゅうり,だいこん,さやえんどう,バナナ	458	16.0	14.6	3.1
	21	金	牛乳100ml	ごはん,じゃがいものそばろに(とり),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 1,おたん じょうかい けーき	生乳,とりひき肉,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,植物油,でん粉,ショートケーキ	さやいんげん,えのきたけ,こまつな,にんじん,バナナ	675	23.8	24.3	2.2
	22	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	月	牛乳100ml	ごはん,だいこんきんぴら,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	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,じゃがいも,ごま,甘辛せんべい	にんじん,青ピーマン,だいこん,根深ねぎ,キャベツ,きゅうり,バナナ	549	18.5	17.6	2.4
	25	火	麦茶	ごはん,焼うどん(25),トマトと卵のスープ,胡瓜の塩もみ,オレンジ(40)	牛乳100ml 1,むしばん ここあ	ぶたもも,かつお節,全卵,生乳	こめ,うどん,植物油,薄力粉,車糖	キャベツ,にんじん,トマト,たまねぎ,スイートコーン 缶詰,きゅうり,ネーブル	493	16.9	11.2	1.8
	26	水	ヤクルト	カレーピラフ,キャベツときゅうりのまよ9さらだ,だいこんとベーコンのすーぶ,グレープフルーツ(50),ポイルウインナー(20)	麦茶,ふらい どぼてと(あ おのり)	ヤクルト,とりむね [成鶏肉],ハム,ベーコン,ソーセージ,あおのり	こめ,植物油,バター,マヨネーズ,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,グリーンピース水煮缶詰,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	475	13.2	19.1	1.9
	27	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	おれんじぜり ーおんぶ, クラッカー (15)	豆腐,とりひき肉,プロセスチーズ,全卵,粉乳,煮干し,油揚げ,ホイップクリーム	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,りょくともやし,バナナ,みかん 果実飲料	506	18.7	18.1	2.2
	28	金	牛乳100ml	ごはん,なんぼんたるたる,なると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,とりむね [成鶏肉],全卵,かつお節,なると,削り節	こめ,薄力粉,植物油,車糖,マヨネーズ,ビスケット	たまねぎ,こまつな,きゅうり,ネーブル	520	18.8	23.9	2.5
	29	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
期間平均									530	17.3	16.7	2.0