

R6年9月

給食予定献立表

【未満児】

日	曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
2	月	ハッピーターン 牛乳	ごはん タラの煮付け 納豆サラダ 味噌汁 りんご缶	おじや (防災メニュー) 麦茶	牛乳・たら・納豆・油揚げ・味噌 鮭フレーク	おじや・米・砂糖・マヨネーズ	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり わかめ・玉葱・りんご缶	214kcal (kcal) 459 食塩相当量(g) 1.9
3	火	ぼたぼた焼 牛乳	カレーライス コールスローサラダ チンゲン菜のスープ オレンジ	マッシュマロおこし 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	ぼたぼた焼・米・じゃがいも・油 マヨネーズ・砂糖・コーンフレーク バター・マッシュマロ	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり・コーン チンゲン菜・もやし・オレンジ	214kcal (kcal) 548 食塩相当量(g) 2
4	水	ばりんこ 牛乳	ロールパン 鶏のマーマレード焼き ひじきサラダ コーンスープ バイン缶	ピラフ 麦茶	牛乳・鶏肉・竹輪	ばりんこ・ロールパン マーマレード・油・ごま・砂糖 米・バター	玉葱・ひじき・きゅうり・人参・もやし バイン缶・玉葱・ミックスベジタブル	214kcal (kcal) 448 食塩相当量(g) 1.7
5	木	ぼかうけ 牛乳	ちゃんぽんうどん 焼売 南瓜サラダ パナナ	ワッフル 麦茶	牛乳・豚肉・なると・焼売・チーズ スキムミルク	ぼかうけ・うどん・ごま油 マヨネーズ・カスタードワッフル	キャベツ・人参・もやし・しいたけ・玉葱 長ねぎ・南瓜・きゅうり・パナナ	214kcal (kcal) 492 食塩相当量(g) 1.9
6	金	ソフトサラダ 牛乳	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ポテトのバター醤油和え ほうれん草の味噌汁 梨	マンナビスケット 麦茶	牛乳・豚肉・味噌	ソフトサラダ・米・油・じゃがいも バター・マナビ豆汁	玉葱・コーン・キャベツ・ほうれん草・梨	214kcal (kcal) 476 食塩相当量(g) 1.7
7	土	ぼたぼた焼	焼きそば 中華スープ	クリームコロン	豚肉	ぼたぼた焼・中華麺・油・卵・大豆	もやし・青粉・玉葱・わかめ	214kcal (kcal) 387 食塩相当量(g) 1.8
9	月	星たべよ 牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ キャベツの味噌汁 バイン缶	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・味噌	星たべよ・米・油・マヨネーズ・砂糖 ムース・ばりんこ	切干大根・人参・いんげん・キャベツ 小松菜・バイン缶	214kcal (kcal) 431 食塩相当量(g) 1.6
10	火	雪の宿 牛乳	ごはん メンチカツ シラスとキャベツの磯和え 根骨汁 みかん缶	ミニ今川焼 麦茶	牛乳・しらす・油揚げ・味噌 スキムミルク	雪の宿・米・油・ごま・砂糖・ごま油 今川焼	キャベツ・きゅうり・人参・もやし・青のり 大根・ごぼう・みかん缶	214kcal (kcal) 484 食塩相当量(g) 1.5
11	水	ハッピーターン 牛乳	ごはん 鶏肉の旨辛煮 マカロニサラダ すまし汁 りんご缶	フレンチトースト 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク・卵	おじや・米・砂糖・マカロニ マヨネーズ・パン	キャベツ・きゅうり・人参・コーン・玉葱 しいたけ・りんご缶	214kcal (kcal) 479 食塩相当量(g) 1.9
12	木	ぼたぼた焼 牛乳	あんかけやきそば 切干大根と胡瓜の中華和え スープ パナナ	塩昆布ごはん 麦茶	牛乳・豚肉・なると・ハム・豆腐	ぼたぼた焼・中華麺・砂糖・片栗粉 ごま油・米	白菜・玉葱・しいたけ・もやし・人参 チンゲン菜・切干大根・きゅうり・わかめ 長ねぎ・パナナ・塩昆布	214kcal (kcal) 482 食塩相当量(g) 1.8
13	金	ばりんこ 牛乳	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ 小松菜のスープ オレンジ	ヨーグルト 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・竹輪 ヨーグルト	ばりんこ・米・じゃがいも・油 マヨネーズ	人参・人参・しめじ・アスパラ・ブロッコリー 小松菜・もやし・オレンジ	214kcal (kcal) 465 食塩相当量(g) 1.8
14	土	雪の宿	ナポリタン コンソメスープ	牛乳ケーキ	ハム	雪の宿・おじや・おじや・油 牛乳ケーキ	玉葱・ピーマン・わかめ	214kcal (kcal) 352 食塩相当量(g) 2.3
17	火	ソフトサラダ 牛乳	ごはん 魚のしょうゆ漬け 納豆和え 味噌汁 りんご缶	パンケーキ 麦茶	牛乳・さわか・納豆・かつお節・味噌 卵	ソフトサラダ・米・小麦粉・砂糖・油 ホットケーキミックス・バター	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・玉葱 キャベツ・りんご缶・バナナ	214kcal (kcal) 497 食塩相当量(g) 1.6
18	水	星たべよ りんごジュース	ごはん マーボー豆腐 春雨の和え物 中華スープ パナナ	お昼スナック 牛乳	豆腐・豚肉・味噌・たまご・牛乳	星たべよ・米・油・砂糖・片栗粉 はるさめ・ごま油・糖・バター	りんご飲料・玉葱・しいたけ・きゅうり 人参・もやし・わかめ・パナナ	214kcal (kcal) 521 食塩相当量(g) 1.7
19	木	雪の宿 牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 マセドアンサラダ 味噌汁 バイン缶	ゼリーとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 油揚げ・味噌	雪の宿・米・砂糖・じゃがいも マヨネーズ・ぼかうけ	きゅうり・人参・ほうれん草・バイン缶 オレンジ飲料・アガー	214kcal (kcal) 480 食塩相当量(g) 1.6
20	金	ハッピーターン 牛乳	ごはん 肉じゃが オクラのゆかり和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	ココナッツサブ 麦茶	牛乳・豚肉・しらす・豆腐・味噌	おじや・米・じゃがいも・油・砂糖 ココアパウダー	玉葱・人参・オリーブ・オカラ・きゅうり 大根・わかめ・オレンジ	214kcal (kcal) 465 食塩相当量(g) 1.5
21	土	ぼたぼた焼	煮込みうどん フルーツ缶	チョコスクッキー	豚肉	ぼたぼた焼・うどん・おじや汁	玉葱・人参・いんげん・バイン缶	214kcal (kcal) 331 食塩相当量(g) 1.4
24	火	ばりんこ 牛乳	ごはん 鮭のチーズパン粉焼き ひじき炒め煮 味噌汁 バイン缶	ミルクもち 麦茶	牛乳・鮭・チーズ・油揚げ・味噌 きな粉	ばりんこ・米・パン粉・油・砂糖 片栗粉	ひじき・しいたけ・人参・いんげん キャベツ・もやし・バイン缶	214kcal (kcal) 430 食塩相当量(g) 1.6
25	水	ぼかうけ 牛乳	豚丼 さつま芋サラダ 味噌汁 みかん缶	キャロットケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・ハム・スキムミルク 味噌・卵	ぼかうけ・米・砂糖・さつま芋 マヨネーズ・ホットケーキミックス バター	玉葱・ごぼう・人参・いんげん・きゅうり ほうれん草・しいたけ・みかん	214kcal (kcal) 571 食塩相当量(g) 1.7
26	木	ソフトサラダ 牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・鶏肉・おじや・竹輪 スキムミルク・卵	ソフトサラダ・うどん・砂糖 マヨネーズ・ケーキ	ほうれん草・玉葱・人参・アスパラ ブロッコリー・コーン・パナナ	214kcal (kcal) 549 食塩相当量(g) 1.8
27	金	ハッピーターン 牛乳	ごはん コロッケ ほうれん草とツナのサラダ 豚汁 オレンジ	サッポロポテト 麦茶	牛乳・ツナ・豚肉・豆腐・味噌	おじや・米・ポテトコロッケ・油 ごま・砂糖・卵・おじや汁	ほうれん草・人参・大根・ごぼう・長ねぎ オレンジ	214kcal (kcal) 426 食塩相当量(g) 1.6
30	月	ぼたぼた焼 牛乳	ごはん さわらの香り焼き 納豆サラダ すまし汁 バイン缶	パウンドケーキ 麦茶	牛乳・さわら・納豆・卵	ぼたぼた焼・米・ごま油・ごま マヨネーズ・小麦粉・砂糖・バター	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 わかめ・バイン缶	214kcal (kcal) 548 食塩相当量(g) 1.6

都合により、内容を少々変更する場合があります。 オレンジ、みかんの時は1歳児のみみかん缶になります。(土)に、飲み物は付きません。牛久さくら保育園