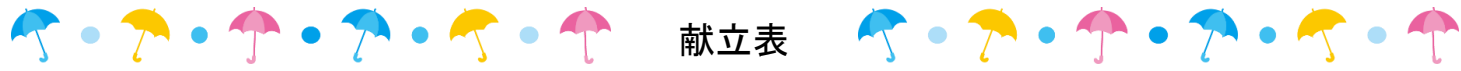


献立表

2020年06月

もみじやま保育園 乳児食(1歳2歳)

日付	午前おやつ	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
1日 (月)	おやつ	ご飯 チキンハンバーグ(照焼きソース) ペネトマトソース ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 パンネ オリーブオイル 酢	ハンバーグ ツナ 豆腐 味噌	トマトケチャップ パセリ粉 ブロッコリー ホールコーン ねぎ	菜めしおにぎり お茶	460	17.3	8.5	1.2
2日 (火)	おやつ	ご飯 鶏肉の唐揚げ 南瓜の煮付け 野菜とマカロニのサラダ 味噌汁(油揚げ・わかめ)	精白米 片栗粉 キャノーラ油 きび砂糖 マカロニ マヨレ	鶏肉 油揚げ わかめ 味噌	しょうが かぼちゃ キャベツ きゅうり	ぶどうゼリー クッキー 牛乳	507	16.4	17.2	1.1
3日 (水)	おやつ	ご飯 肉団子ハンバーグソース おさつスティック コールスローサラダ 味噌汁(ごぼう・えのき)	精白米 きび砂糖 さつまいも キャノーラ油 マヨレ 酢 アマニ油	肉団子 味噌	トマトケチャップ キャベツ にんじん ほうれん草 ごぼう えのきたけ	お麩ラスク 牛乳	524	16.1	19.4	0.8
4日 (木)	おやつ	麻婆飯 お魚ソーセージフライ わかめスープ オレンジ	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油	豆腐 豚肉 味噌 お魚ソーセージフライ わかめ	たまねぎ しょうが にら トマトケチャップ オレンジ	シュガートースト 牛乳	475	16.9	12.5	1.6
5日 (金)	おやつ	カレーライス キャベツの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・わかめ) バナナ	精白米 キャノーラ油 じゃがいも	豚肉 枝豆 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ バナナ	もものヨーグルトがけ 牛乳	521	14.7	11.8	1.5
6日 (土)	おやつ	わかめうどん 鶏つくね いんげんのごまマヨ和え	うどん マヨレ ごま	わかめ 鶏肉 ツナ	にんじん トマトケチャップ いんげん ホールコーン	だし天おにぎり お茶	374	11.9	6.9	2.0
8日 (月)	おやつ	ご飯 ハンバーグ(デミタソース) 甘芋 チーズ入りサラダ コンソメスープ(キャベツ・ハム)	精白米 さつまいも キャノーラ油 きび砂糖 マヨレ	ハンバーグ チーズ ロースハム	たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ	わかめおにぎり お茶	454	13.2	10.9	1.1
9日 (火)	おやつ	ご飯 ソフトチキンカツ 和風スパゲティ キャベツときゅうりのサラダ 味噌汁(大根・ごぼう)	精白米 キャノーラ油 スパゲティ アマニ油	チキンカツ ツナ 味噌	にんじん しいたけ ホールコーン キャベツ きゅうり パプリカ だいこん ごぼう	ポンデケージョ 牛乳	475	16.0	15.9	1.1
10日 (水)	おやつ	焼きそば 蒸しシュウマイ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) オレンジ	中華めん キャノーラ油	豚肉 しゅうまい わかめ 味噌	にんじん キャベツ たまねぎ オレンジ	きな粉おにぎり お茶	501	16.7	12.5	1.4
11日 (木)	おやつ	ふりかけご飯(さかな) 照り焼き肉団子 ジャーマンポテト 二色サラダ 味噌汁(えのき・ねぎ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも キャノーラ油	お魚ふりかけ 肉団子 ロースハム 味噌	たまねぎ パセリ粉 ブロッコリー にんじん えのきたけ ねぎ	ジャムサンド(いちご) 牛乳	489	18.6	12.8	1.0
12日 (金)	おやつ	キーマカレー ウインナー玉子巻き スティックきゅうり コンソメスープ(キャベツ・人参)	精白米 マヨレ	豚肉 鶏肉 ウインナー玉子巻	たまねぎ にんじん トマトケチャップ きゅうり キャベツ	りんごゼリー ココアクッキー 牛乳	491	14.2	15.6	1.6
13日 (土)	おやつ	チャーハン 野菜入りつくね スープ(大根・豆腐)	精白米 キャノーラ油 ごま油 きび砂糖	鶏肉 つくね 豆腐	たまねぎ にんじん ホールコーン トマトケチャップ だいこん	のりおにぎり お茶	428	14.8	9.3	1.3
15日 (月)	おやつ	ご飯 白身魚フライ ビーフン パンプキンサラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	精白米 キャノーラ油 ビーフン ごま油 マヨレ	白身魚フライ 豚肉 枝豆 わかめ 味噌	キャベツ にんじん かぼちゃ たまねぎ	おぐらチーズクラッカー 牛乳	491	18.5	17.4	1.1
16日 (火)	おやつ	そばろ丼 ブロッコリーの和え物 切干大根の味噌汁 オレンジ	精白米 きび砂糖 三温糖 キャノーラ油 ごま オリーブオイル 酢	卵 鶏肉 豚肉 味噌	たまねぎ ほうれん草 ブロッコリー にんじん 切干大根 ねぎ オレンジ	お魚ソーセージフライ 牛乳	455	20.3	12.7	1.4



2020年06月

もみじやま保育園 乳児食(1歳2歳)

日付	午前おやつ	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
17日 (水)	おやつ	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) ナポリタン風スパ キャベツとコーンのサラダ 味噌汁(えのき・わかめ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 スパゲッティ マヨレ 酢	豆腐ハンバーグ わかめ 味噌	たまねぎ トマトケチャップ パセリ粉 キャベツ にんじん ホールコーン いんげん えのきたけ	甘芋 牛乳	522	14.9	13.5	1.6
18日 (木)	おやつ	きつねうどん とり天 ブロッコリーのごま風味サラダ	うどん アマニ油	油揚げ わかめ 鶏天	にんじん ブロッコリー ホールコーン	ひじきおにぎり お茶	374	13.6	6.3	1.9
19日 (金)	おやつ	ハヤシライス スペイン風オムレツ コンソメスープ(玉ねぎ・ハム) バナナ	精白米 キャノーラ油	豚肉 スキムミルク 卵 ロースハム	たまねぎ にんじん バナナ	オレンジゼリー クッキー 牛乳	557	16.4	17.0	1.6
20日 (土)	おやつ	ご飯 鶏肉の唐揚げ おさつスティック 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	精白米 片栗粉 キャノーラ油 さつまいも きび砂糖	鶏肉 味噌	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん	焼きおにぎり お茶	460	12.1	11.9	0.8
22日 (月)	おやつ	中華飯 鶏つくね わかめスープ オレンジ	精白米 キャノーラ油 三温糖 片栗粉 ごま油	豚肉 鶏肉 わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい しいたけ トマトケチャップ オレンジ	お麩ラスク(きなこ) 牛乳	522	18.8	16.5	1.4
23日 (火)	おやつ	ご飯 さばの塩焼き 厚揚げの肉味噌がけ キャベツの彩りサラダ 味噌汁(玉ねぎ・えのき)	精白米 三温糖 片栗粉 マヨレ	さば 厚揚げ 豚肉 鶏肉 味噌	グリーンピース キャベツ ホールコーン パプリカ たまねぎ えのきたけ	ピザ風トースト 牛乳	499	23.1	17.6	1.4
24日 (水)	おやつ	ごぼうと大豆の五目御飯 鶏肉の味噌焼き 大根の和え物 すまし汁(玉ねぎ・麩)	精白米 三温糖 麩	鶏肉 大豆 枝豆 味噌	ごぼう にんじん しいたけ だいこん 切干大根 きゅうり たまねぎ	バナナケーキ 牛乳	578	22.3	19.5	1.3
25日 (木)	おやつ	ご飯 メンチカツ 人参しりしり ブロッコリーときのこのサラダ 味噌汁(キャベツ・わかめ)	精白米 キャノーラ油 三温糖 ごま油	メンチカツ ツナ 卵 わかめ 味噌	にんじん ブロッコリー しめじ キャベツ	あじさいゼリー ココアクッキー 牛乳	484	13.8	18.6	1.3
26日 (金)	おやつ	ミートスパゲティ ポークウインナー キャベツと青菜のサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・わかめ)	スパゲッティ キャノーラ油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ 酢	豚肉 ミートソース ポークウインナー わかめ	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん ほうれん草	おかかおにぎり お茶	492	15.5	14.0	2.3
27日 (土)	おやつ	カレーライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ(キャベツ・ハム)	精白米 じゃがいも キャノーラ油	豚肉 ロースハム	たまねぎ にんじん ブロッコリー ホールコーン キャベツ	わかめおにぎり お茶	423	10.5	8.1	1.4
29日 (月)	おやつ	ご飯 豚肉の生姜炒め 厚焼き玉子 ポテトサラダ 味噌汁(キャベツ・ごぼう)	精白米 三温糖 キャノーラ油 きび砂糖 じゃがいも マヨレ アマニ油	豚肉 卵 ツナ 味噌	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり キャベツ ごぼう	うどん お茶	440	15.5	15.6	1.8
30日 (火)	おやつ	ご飯 鶏肉の照り焼き 大豆のチリコンカン 大根サラダ 味噌汁(麩・わかめ)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 キャノーラ油 ごま 麩	鶏肉 大豆 豚肉 わかめ 味噌	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく しょうが グリーンピース だいこん にんじん 切干大根 ほうれん草	りんごゼリー クッキー 牛乳	475	19.2	14.3	1.3
平均							490	16.9	14.5	1.4

※土曜日の栄養価は含まれておりません。
※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。