

令和2年

11月

御田クローバー保育園3歳未満児給間食献立表

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき													
		赤 群		黄 群			緑 群								
		体をつくるもとになる		エネルギーのもとになる			体の調子をととのえる								
3歳未満児用給食	2日、30日	○△ビーフンスープ りんごのサラダ		豚肉			ビーフン、米油、さとう			人参、玉ねぎ、チンゲン菜 キャベツ、きゅうり、りんご					
	4日、18日	△白菜のクリームシチュー ドレッシングあえ		豚肉、スキムミルク チーズ、生わかめ			じゃが芋、米油、上新粉 春雨、さとう			人参、玉ねぎ、白菜、しめじ パセリ、みかん缶					
	5日、19日	○豆腐の中華風炒め ○金時豆の煮付		豆腐、鶏肉、金時豆			米油、さとう、片栗粉、ごま油			玉ねぎ、人参、チンゲン菜					
	6日	○魚の香味炒め ○昆布とじゃが芋の煮物、みそ汁		メカジキ、糸切り昆布 豆腐、赤みそ			米油、じゃが芋、さとう			ねぎ、しょうが、えのき 玉ねぎ、人参、(冷)グリーンピース					
	7日、21日	○△スープそば		豚肉			中華そば、米油、片栗粉			人参、もやし、チンゲン菜 ねぎ					
	9日	○カレーソテー △わかめスープ		豚肉、生わかめ			米油			玉ねぎ、人参、キャベツ ピーマン、えのき茸					
	10日、24日	○△豚肉と大根のごまみそ煮 ○れんこん金平、果物		豚肉、白みそ			片栗粉、さとう、すりごま、米油			大根、人参、ねぎ れんこん、果物					
	11日、25日	○鶏肉とさつま芋のうま煮 ○ブロッコリーのおひたし		鶏肉、花かつお			さつま芋、米油、さとう			玉ねぎ、人参、さやいんげん ブロッコリー					
	12日、26日	○さばのみそ煮 ○切干大根の炒め煮、果物		さば、赤みそ、生揚			さとう、米油			しょうが、切干大根、人参 さやいんげん、果物					
	13日、27日	△ヘルシーチキンナゲット ○ゆかりあえ、パイン缶		鶏挽肉、おから、豆腐			片栗粉、米油			玉ねぎ、キャベツ、人参 もやし、パイン缶					
	14日	○あんかけうどん		鶏肉			干めん、片栗粉			人参、小松菜、ねぎ					
	16日	○△中華風まぜご飯 △スープ		豚挽肉			ごま油、さとう、米油			しょうが、人参、エリンギ、ねぎ 玉ねぎ、コーン缶					
	17日	○関東煮風、白みそ汁		生揚、はんぺん、卵 白みそ			じゃが芋、焼麩			大根、えのき茸、ねぎ					
	28日	食パン、ジャム、ソーセージ チーズ、果物		ソーセージ、チーズ			食パン、ジャム			果物					
20日(誕生会)	○ピビンバ △スープ、果物		豚挽肉、赤みそ、豆腐			ごま油、さとう、すりごま			しょうが、人参、大根、ほうれん草 にんにく、あさつき、果物						
一日平均副食給与栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量				
	200 kcal	10.6 g	7.5 g	75 mg	1.1 mg	168 μg RAE	0.18 mg	0.15 mg	23 mg	2.8 g	1.5 g				
3歳未満児用間食	2日、30日	鬼まんじゅう			米粉 さとう さつま芋 米油										
	4日、18日	マーブルケーキ			牛乳			米粉 さとう バター							
	5日、19日	●▲中華おこわ			鶏肉			もち米 米油 さとう			ねぎ しょうが エリンギ				
	6日	豆乳 アップルパン			無調整豆乳			食パン さとう バター			りんご				
	9日	ココアサンド			牛乳			コーンスターチ ロールパン さとう							
	10日、24日	ドロップドーナツ			牛乳			ホットケーキミックス さとう 米油							
	11日、25日	お好み焼き			豚肉 青のり 花かつお			米粉 米油			キャベツ、あさつき				
	12日、26日	きび団子			きな粉			上新粉 白玉粉 さとう							
	13日、27日	豆乳 チーズ 手作りりんごゼリー			無調整豆乳 チーズ			さとう					100%りんごジュース		
	16日	ヨーグルト 菓子			ヨーグルト			菓子							
	17日	●おやき						米 米油 さとう							
	20日(誕生会)	お誕生日ケーキ			生クリーム			米粉 さとう 米油			パイン缶 みかん缶				
	一日平均間食給与栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量			
		123 kcal	2.6 g	2.7 g	30 mg	0.3 mg	11 μg RAE	0.04 mg	0.04 mg	3 mg	0.7 g	0.3 g			

- ※ 太字は主菜に含まれる食品です。
- ※ 献立名の頭に使用する調味料のマークがついています。
- ※ こんだて・くだものは多少変更する場合があります。
- ※ 間食時に豆乳と記載されていない場合は牛乳を提供します。
- ※ おにぎり遠足の際は魚肉ソーセージを提供します。

○● しょうゆ・白しょうゆ  
△▲ スープの素