

2019年 1月 桐生北こども園

※ 3歳未満児は10時のおやつがです。※ 材料の都合により献立を変更することがあります。

※ 乳製品アレルギーのお子様・宗教により食べられないお子様には、麦茶、果汁100%ジュース・ゼリー、フルーツなどの代替食を用意致します。

※ 肉類の食べられないお子様には、魚中心の代替食を用意致します。

※ その他食物アレルギーがあるお子様は、遠慮なく申し出て下さい。

日	曜	10時	給食	3時のおやつ	3歳未満児		3歳以上児		延長保育の献立	7.5~8か月頃		6~7.5ヶ月		~5ヶ月頃	
					エネルギー	栄養価 たんぱく質 脂質	エネルギー	栄養価 たんぱく質 脂質		給食	3時	給食	3時	3~4時間おき	
1	火														
2	水														
3	木														
4	金	麦茶 バイナップル	うどん 竹輪の磯辺揚げ オレンジジュース	ヨーグルトブルーベリージャム	457 (9.8) 9.5 15.7	479 (12.3) 11.7 17.5			リンゴジュース・おにぎり						
5	土	ブドウジュース	たらこおにぎり リンゴジュース	揚げせん オレンジジュース	566 (3.4) 3.3 11.6	653 (4.2) 4.0 14.2			えびせんべい オレンジジュース	左記のメニューを形態の配慮をして出します。					
6	日	ハイハイ	食パン コンスープ パナナ イチゴジャム	ビスケット 野菜ジュース	463 (1.2) 6.2 11.6	533 (1.5) 7.7 14.0									
7	月	野菜ジュース バナナ	ご飯 栄養納豆 切り干し大根 人参とレタスのサラダ 豆腐と玉葱のみそ汁	いろいろパン 飲むヨーグルト	601 (3.7) 12.6 18.9	683 (4.7) 15.7 22.4			麦茶・おにぎり						
8	火	オレンジジュース りんご	わかめご飯 鮭の塩焼き けんちん汁 ひじきの甘煮	醤油せんべい リンゴジュース	491 (8.5) 11.1 15.8	563 (15.7) 16.1 23.6			ぶどうジュース アンパンマンパン						
9	水	麦茶 バイナップル	ご飯 ホイコーロー もやしのナムル コロコロ白菜サラダ かみなり汁	豆乳グラタン	532 (5.7) 24.3 16.2	612 (7.1) 30.3 19.3			フルーツ・おにぎり						
10	木	野菜ジュース バナナ	バターロール ミートソースパグティ かりかりじゃこ大根サラダ 春雨と白菜のスープ	コーン焼きそば 牛乳	547 (9.5) 12.8 20.7	652 (11.3) 15.9 25.3			麦茶 付け合わせパンイチゴ						
11	金	麦茶 バイナップル	ご飯 筑前煮 じゃがいものソテー ふりかけ 麩のみそ汁	バームクーヘン 飲むヨーグルト	532 (3.2) 4.8 10.6	613 (4.0) 5.9 12.4			リンゴジュース・おにぎり						
12	土	ブドウジュース	鮭おにぎり オレンジジュース	揚げせん リンゴジュース	562 (2.6) 3.1 10.9	647 (3.3) 3.7 13.3			えびせんべい オレンジジュース						
13	日	ハイハイ	食パン コンスープ パナナ イチゴジャム	ビスケット 野菜ジュース	463 (1.2) 6.2 11.6	533 (1.5) 7.7 14.0									
14	月	卵ポーロ	ロールパン オレンジジュース グレープフルーツ イチゴジャム	アメリカンドック	600 (5.3) 23.7 15.6	662 (6.7) 29.1 18.9									
15	火	オレンジジュース りんご	トマトピラフ ローストチキン ポテトサラダ きのこのスープ	カステラロールケーキ 麦茶	574 (7.9) 20.3 16.3	622 (9.9) 25.1 19.2			ぶどうジュース アンパンマンパン						
16	水	麦茶 バイナップル	ご飯 マーボー豆腐 白菜とリンゴのサラダ 鮭フレック すいとん汁	ミニクワッサン 飲むヨーグルト	545 (7.8) 15.8 16.4	628 (9.7) 19.7 19.6			フルーツ・おにぎり						
17	木	野菜ジュース バナナ	バターロール 野菜ラーメン ギョウザ ひじきとレタスとかいわれのサラダ	バナナ 牛乳	549 (6.0) 22.1 17.2	654 (7.5) 27.7 20.9			麦茶 付け合わせパンイチゴ						
18	金	麦茶 バイナップル	ご飯 ソーセージの磯辺揚げ かにかま卵サラダ じゃがいもの紅白煮 はんぺんとチンゲンサイのすまし汁	麦茶 ウインナーパン	560 (10.1) 19.6 17.0	648 (12.7) 24.4 20.3			リンゴジュース・おにぎり						
19	土	ブドウジュース	昆布おにぎり オレンジジュース	揚げせん リンゴジュース	558 (0.0) 2.7 9.4	643 (0.0) 3.2 11.4			サッポロポテト オレンジジュース						
20	日	ハイハイ	食パン コンスープ パナナ イチゴジャム	ビスケット 野菜ジュース	463 (1.2) 6.2 11.6	533 (1.5) 7.7 14.0									
21	月	野菜ジュース バナナ	ご飯 魚の甘辛煮 もやしとニラの油揚げソテー しらすと人参の甘煮 えのきと豆腐のみそ汁	焼きまんじゅう 麦茶	522 (10.1) 7.7 22.6	610 (17.8) 9.9 32.2			麦茶・おにぎり						
22	火	オレンジジュース りんご	炊き込みご飯 ウインナーソテー 白菜とバイナップルのサラダ 春雨スープ	フレンチトースト 牛乳	588 (8.9) 18.8 16.8	692 (13.0) 28.0 21.7			ぶどうジュース アンパンマンパン						
23	水	麦茶 バイナップル	ご飯 ベジタブルさつまいもカレー ワンタンスープ ツナレタスコーンサラダ ゆで卵	りんごのフルーツポンチ	541 (10.8) 15.3 17.2	618 (13.5) 19.0 20.6			フルーツ・おにぎり						
24	木	野菜ジュース バナナ	バターロール 和風ツナパグティ ブロccoliとチーズのサラダ 肉団子と白菜のスープ	いなり寿司 麦茶	574 (5.4) 24.5 18.7	685 (6.8) 30.6 22.7			麦茶 付け合わせパンイチゴ						
25	金	麦茶 バナナ	ご飯 みそ焼き肉 しいり豆腐 さつまいものサラダ 麩と玉ねぎのみそ汁	ヨーグルトバイナップル 麦茶	608 (15.6) 18.1 25.1	698 (19.5) 22.5 30.4			リンゴジュース・おにぎり						
26	土	ブドウジュース	おかかおにぎり リンゴジュース	揚げせん オレンジジュース	563 (3.0) 2.7 11.6	649 (3.8) 3.2 14.2			えびせんべい オレンジジュース						
27	日	ハイハイ	食パン コンスープ パナナ イチゴジャム	ビスケット 野菜ジュース	463 (1.2) 6.2 11.6	533 (1.5) 7.7 14.0									
28	月	麦茶 バイナップル	ご飯 ハンバーグ ケチャップ ツナ・ブロccoliコーンサラダドレ 豆腐となめこのみそ汁	塩せんべい リンゴジュース	505 (9.9) 15.4 18.2	578 (12.4) 19.2 21.9			麦茶・おにぎり						
29	火	野菜ジュース バナナ	わかめご飯 フライドチキン ポテトオムレツ さつまいも ひじきとブロccoliとかいわれのサラダ	プリン	741 (13.1) 38.1 21.1	855 (16.7) 47.1 25.3			ぶどうジュース アンパンマンパン						
30	水	オレンジジュース りんご	ご飯 ドライカレー 小松菜のごま和え じゃがいものきんぴら 豆腐とネギと麩のすまし汁	ホットケーキ 麦茶	601 (6.8) 18.3 16.7	655 (8.6) 22.7 19.7			フルーツ・おにぎり						
31	木	野菜ジュース バナナ	ピザトースト きのこともやしのサラダ わかめスープ	青のりせんべい 飲むヨーグルト	515 (9.8) 11.7 17.6	604 (12.2) 14.5 21.1			麦茶 付け合わせパンイチゴ						
1人1回あたりの目標値				カロリー・脂質 タンパク質	550 ・ 16~19 18	628 ・ 15~22.4 23.0									
1人1回あたりの平均栄養値				カロリー・脂質 タンパク質	551 ・ 17.8 18.6	652 ・ 22.9 23.5									

3歳未満児は、以上児の80%の摂取量です。