

# 2018年 10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。

※ 3歳以上児は、主食費よりカボチャパイが付きます。

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	月	野菜ジュース 梨	ご飯 肉団子 マカロニサラダ イタリアンキャベツスープ もやしとニラの油揚げソテー	青のりせんべい 飲むヨーグルト	552(6.1)18.5 13.6	627(7.7)23.0 15.9	麦茶・おにぎり			パン がゆ			・ミルク ・パンがゆ	ミルク
2	火	オレンジジュース バナナ	トマトピラフ ひじきとアロココリとかいわれのサラダ 豆腐と玉葱のみそ汁 ポテトオムレツ	フルーツパフェ	560(5.0)20.0 13.3	596(6.2)24.8 15.2	ぶどうジュース アンパンマンパン							
3	水	リンゴジュース バナナ	ベジタブルポテトカレー きゅうりスティック ゆで卵 わかめスープ	りんごヨーグルト蒸しパン ブドウジュース	551(8.4)13.3 15.0	609(10.5)16.5 17.8	フルーツ・おにぎり							
4	木	オレンジジュース バナナ	バターロール フランクフルト コロッケ 千切りキャベ ツ ケチャップ ワンタンスープ	ウップル 牛乳	500(10.8)21.2 18.8	645(14.9)31.5 25.0	麦茶 付け合わせパンイチゴ							
5	金	麦茶 バナナ	ガーリックチャーハン かみなり汁 ポテト揚げ カリカリジャコレタスサラダ	杏仁豆腐	469(4.8)14.7 12.2	585(6.0)22.0 15.0	リンゴジュース・おにぎり							
6	土	オレンジジュース	コロッケパン リンゴジュース	揚げせん オレンジジュース	470(4.9)14.2 7.0	728(9.8)27.1 11.8	えびせんべい オレンジジュース							
7	日	ハイハイ	食パン コンスープ バナナ 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								
8	月	卵ボーロ	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								
9	火	オレンジジュース バナナ	ご飯 栄養納豆 鮭の塩焼き ツナ・ブロッコリー・コンサラダドレ 豆腐とニらのみそ汁	ヨーグルトイチゴジャム	554(14.5)13.8 25.1	639(23.2)19.5 35.0	ぶどうジュース アンパンマンパン							
10	水	リンゴジュース バナナ	ご飯 マーボー豆腐 豆腐とわかめとブロッコリーのサラダ のっぺい汁	ミニクワッサン 牛乳	571(9.5)19.3 22.2	634(11.9)23.9 26.9	フルーツ・おにぎり							
11	木	オレンジジュース バナナ	バターロール スパゲティナポリタン かりかりじゃこレタスサラダ 春雨とキャベツのスープ	いなり寿司 麦茶	573(2.5)17.8 16.0	654(3.1)22.1 19.3	麦茶 付け合わせパンイチゴ							
12	金	麦茶 バナナ	うどん 竹輪の磯辺揚げ リンゴジュース	ライ麦パン コーヒー牛乳	570(10.1)12.9 18.9	621(12.7)15.9 21.5	リンゴジュース・おにぎり							
13	土		運動会の為 ビズロール オレンジジュース200 (3歳以上児は主食費でアンパンマンパンもつきます)		352(0.0)16.0 6.3	606(0.0)20.8 13.5								
14	日		運動会準備日のため、休日保育はありません。											
15	月	野菜ジュース 梨	ご飯 魚の甘辛煮 コーン入りサラダパ しらすと人参の甘煮 えのきと豆腐のみそ汁	焼まんじゅう 麦茶	548(10.4)8.8 21.3	648(18.2)11.3 30.8	麦茶・おにぎり							
16	火	オレンジジュース バナナ	炊き込みご飯 キャベツと生揚げのみそ汁 切り干し大 根 白菜とリンゴのサラダ	大学芋 リンゴジュース	584(2.0)13.3 12.6	632(2.6)16.4 14.6	ぶどうジュース アンパンマンパン							
17	水	リンゴジュース バナナ	ご飯 みそ焼き肉 高野豆腐のあんかけソース さつま汁 コロキャベツサラダマヨ	プリン	562(14.0)18.4 23.0	623(17.6)22.8 27.8	フルーツ・おにぎり							
18	木	オレンジジュース バナナ	バターロール 野菜ラーメン 煮卵 ギョウザ	オレンジ クッキー	673(4.7)22.4 19.0	779(5.9)27.9 23.1	麦茶 付け合わせパンイチゴ							
19	金	麦茶 バナナ	わかめご飯 ハンバーグ 人参グラッセ ふと玉ねぎのすまし汁 ブロッコリーとコーン添え	十五夜団子 オレンジジュース	557(6.1)12.1 16.0	644(7.7)15.0 19.1	リンゴジュース・おにぎり							
20	土	飲むヨーグルト	ホイップクリームフルーツパン オレンジジュース	揚げせん リンゴジュース	569(1.2)10.3 7.3	662(0.0)19.2 11.1	えびせんべい オレンジジュース							
21	日	ハイハイ	食パン コンスープ バナナ 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								
22	月	野菜ジュース 梨	ご飯 メンチカツ きゅうりの中華風漬物 もやしのナムル 肉団子とキャベツのスープ	ヨーグルトブルーベリージャム	505(10.7)15.2 17.2	569(13.4)18.8 20.4	麦茶・おにぎり							
23	火	オレンジジュース バナナ	ご飯 シュウマイ じゃがいもと厚揚げとツナの煮物 ポテトサラダ けんちん汁	みそおでん オレンジジュース	584(4.0)16.8 14.7	642(5.1)20.3 17.2	ぶどうジュース アンパンマンパン							
24	水	リンゴジュース バナナ	ご飯 鶏をほろり いり卵 鮭のみそ汁 ブロッコリーとチーズのサラダ	バームクーヘン 飲むヨーグルト	548(8.2)13.6 14.9	605(10.2)16.8 17.7	フルーツ・おにぎり							
25	木	オレンジジュース バナナ	バターロール フライドチキン オニオンスープ 和風ツナスパゲティ	リンゴゼリー	664(7.3)30.9 16.7	765(9.4)38.1 20.3	麦茶 付け合わせパンイチゴ							
26	金	麦茶 バナナ	ご飯 カレー肉じゃが きのこともやしのサラダ はんぺんとチンゲン菜のすまし汁 ふりかけ	ぶどう 飲むヨーグルト	547(3.8)9.0 10.8	631(4.7)11.1 12.6	リンゴジュース・おにぎり							
27	土	飲むヨーグルト	粗挽きソーゼードック オレンジジュース チーズ	揚げせん リンゴジュース	585(8.0)18.5 18.5	618(8.5)29.8 28.3	サッポロポテト オレンジジュース							
28	日	ハイハイ	食パン コンスープ バナナ 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								
29	月	野菜ジュース 梨	ご飯 かじきの竜田揚げ きゅうりの中華風漬物 ひじきの甘煮 キャベツと豆腐のみそ汁	ミックスゼリー	441(8.9)10.6 15.9	515(16.3)13.6 24.0	麦茶・おにぎり							
30	火	オレンジジュース バナナ	ひき肉そぼろ味噌ご飯 豆腐とわかめのサラダ はんぺんとチンゲン菜のすまし汁	ごまクッキー 飲むヨーグルト	550(5.6)12.5 13.7	594(7.0)15.4 15.8	ぶどうジュース アンパンマンパン							
31	水	オレンジジュース バナナ	ハロウィンカレー 人参とレタスのサラダ タンダーチキン カボチャスープ	カステラロールケーキ カルピス	665(10.2)22.1 20.0	733(12.7)27.4 23.7	フルーツ・おにぎり							
<b>1人1回あたりの目標値</b>				<b>カロリー・脂質 タンパク質</b>	<b>550 ・ 16~19 18</b>	<b>628 ・ 15~22.4 23.0</b>								
<b>1人1回あたりの平均栄養価</b>				<b>カロリー・脂質 タンパク質</b>	<b>550 ・ 16.5 19.0</b>	<b>646 ・ 21.1 24.1</b>								

左記のメニューを形態の配慮をして出します。

重湯  
スープ  
野菜  
芋  
豆腐  
麩  
白身魚

等を出しますが、まだ味付けはしません。

3歳未満児は、以上児の80%の摂取量です。