

平成21年10月分予定献立表



施設長 	主任保育 	担当者
---------	----------	---------

日	曜	献立名 (三歳以上児)		献立名 (三歳未満児)		以上児 未満児				備考 行事等	
		副食	間食	間食(AM)	主食	I補材 - (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)		
1	木	マーボー豆腐 花型卵・きゅうり漬け・バナナ	ミルクせんべい 牛乳	ごませんべい ヤクルト	ご飯 きゃべつ汁	271	12.6	11.5	1.3	☆	
2	金	ちゃんぽんうどん 天ぷら・グレープフルーツ・牛乳	月見団子 野菜生活	味しらべ 牛乳	ちゃんぽんうどん 牛乳	510	15.2	9.3	1.3		
3	土	ピーナツサンド お月見グラタン・オレンジ・牛乳	バナナ	動物ビスケット りんごジュース	ピーナツサンド 牛乳	672	19.9	24.7	0.8	☆	
4	日									☆	
5	月	薩摩芋シチュー 竹輪の甘煮・バナナ・牛乳	ヨーグルト 小魚	あじだるませんべい 牛乳	薩摩芋シチュー エビピラフ	372	18.0	8.5	1.1	☆	
6	火	秋の小遠足 (ジュース・お菓子)				480	20.0	10.4	1.6		
7	水	里芋ハンバーグのカレーソースがけ 温野菜・バナナ	スイートポテト 牛乳	プリン	ご飯 かぶ汁	374	15.4	15.2	1.1	☆	
8	木	五目納豆 薩摩芋のバター煮・オレンジ	純米せんべい ヤクルト	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 青菜汁	285	11.1	9.9	1.4		
9	金	きのこスパゲティ・ブロッコリー レバーのケチャップ煮・梨・牛乳	クラッカー・チーズ ショア白ぶどう	アンパンマンせんべい ヨークプレーン	きのこスパゲティ 牛乳	508	21.8	21.9	1.9	☆	
10	土	わくわくランド	ぱりんこ 気になる野菜	ハッピータン ヤクルト	ハムコーンパン 牛乳	0	0.0	0.0	0.0		
11	日										
12	月										体育 の日
13	火	焼肉 ピーマンソテー・アスパラコーン・梨	チョコパン 牛乳	芭蕉揚 カルピス	ご飯 もやし汁	344	16.3	15.9	0.9	☆	
14	水	マグロカツ 春雨サラダ・オレンジ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	ビスコ 牛乳	ご飯 ベーコンスープ	273	18.5	6.5	0.7		
15	木	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵・グレープフルーツ	ビスケット 牛乳	野菜ウエハース ヨークプレーン	ご飯 なめこ汁	368	13.9	14.7	0.9	☆	
16	金	栗ご飯・たらとカニカマのみみじ揚げ 青菜和え・みそ汁・フルーツ盛り合わせ	ケーキ 牛乳	磯かき餅 麦茶	栗ご飯 みそ汁	527	18.5	8.0	1.4		
17	土	クリームサンド ほうれん草ソテー・りんご・牛乳	ミルクプリン 青のりせんべい	アスパラガス スポロン	クリームサンド 牛乳	565	19.2	23.0	1.5	☆	
18	日										
19	月	お月見カレー 小女子・梨・牛乳	ヨーグルト 小魚	リッツ 麦茶	カレーライス 牛乳	319	18.7	11.4	2.2	☆	
20	火	焼き魚 マカロニサラダ・オレンジ	ミルクリッチパン 牛乳	野菜せんべい ヤクルト	ご飯 コーンスープ	309	16.4	14.2	1.5		
21	水	薩摩芋コロッケ 千キャベツ・金時豆・バナナ	ももゼリー 歌舞伎揚げ	ふ菓子 牛乳	ご飯 きのこ汁	340	7.9	8.7	1.7	☆	
22	木	じゃがいものそぼろ煮 花型卵・グレープフルーツ	おにぎり 牛乳	うす焼せんべい ぶどうジュース	ご飯 白菜汁	408	15.1	10.1	1.4		
23	金	温そうめん 揚げだし豆腐・バナナ・牛乳	ビスコ ヤクルト	Caせんべい 牛乳	温そうめん	471	16.8	13.6	2.3	☆	
24	土	サンドイッチ オレンジ・豆乳	バナナ	ぶどうゼリー	サンドイッチ 豆乳	433	13.7	12.9	1.9		
25	日										
26	月	五目汁・たくあん 笹かまの磯辺揚げ・りんご・牛乳	ヨーグルト おしゃぶり昆布	サラダせんべい 牛乳	五目汁 鶏釜ご飯	319	16.9	8.9	2.1	☆	
27	火	さばのみそ煮 カボチャサラダ・オレンジ	ピザトースト 牛乳	ミルクプリン	ご飯 若布汁	423	18.9	22.5	2.0		
28	水	鶏の唐揚げ 土佐和え・グレープフルーツ	ばかうけせんべい ショアブルーベリー	バナナ 牛乳	ご飯 大根汁	343	14.2	9.9	2.0	☆	
29	木	筑前煮 スクランブルエッグ・バナナ	野菜クラッカー 牛乳	旨みだれせんべい 麦茶	ご飯 カボチャ汁	311	15.2	13.0	1.1		
30	金	焼きそば ウィンナー・プロカリ・梨・牛乳	りんごゼリー ソフトせんべい	野菜チップ ヨークプレーン	焼きそば 牛乳	417	14.7	11.0	1.6	☆	
31	土	チョコサンド コールスローサラダ・オレンジ・牛乳	ビスケット 野菜生活	雪の里せんべい 牛乳	チョコサンド 牛乳	449	11.9	14.5	0.9		
						563	14.8	23.4	1.1	☆	
						479	13.3	18.2	1.1		

