



平成21年12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	総カロリー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1	火	焼き魚 マセドアンサラダ・バナナ	ジャムパン 牛乳	ソフトせんべい オレンジジュース	ご飯 きゃべつ汁	346	16.8	12.1	1.9	
2	水	鶏の唐揚げ 温野菜・金時豆・みかん	クラッカー・チーズ ジョアブルーベリー	バームロール 牛乳	ご飯 青菜汁	456	20.0	14.9	2.6	
3	木	切干し大根の煮物 花型卵・きゅうり漬け・りんご	お好み焼き 牛乳	ハッピータン カルピス	ご飯 豆腐汁	343	14.6	15.2	1.7	
4	金	けんちんうどん 天ぷら・グレープフルーツ・牛乳	ももゼリー 豆もち	アスパラガス 牛乳	けんちんうどん	393	11.9	10.9	2.1	
5	土	甘バターサンド 厚揚げのケチャップ煮・りんご・牛乳	純米せんべい ヤクルト	プリン	甘バターサンド 牛乳	530	18.2	14.6	0.7	
6	日									
7	月	冬野菜シチュー 竹輪のひき肉煮・バナナ・牛乳	ヨーグルト 小魚	ビスコ 牛乳	冬野菜シチュー 充実ライス	304	15.8	8.1	1.0	
8	火	白身魚のタルタルソースかけ 土佐和え・オレンジ	メロンパン 牛乳	味しらべ ヤクルト	ご飯 かぶ汁	432	16.2	20.4	0.8	
9	水	焼肉 ビーフンソテー・プロカリ・りんご	焼き芋 野菜生活	Caせんべい 牛乳	ご飯 大根汁	291	12.4	8.5	0.6	
10	木	五目昆布煮 スクランブルエッグ・八朔	餅太郎 牛乳	動物ビスケット スポロン	ご飯 チンゲン菜スープ	231	10.4	10.1	1.2	
11	金	ピラフのクリームソースかけ・照り焼きチキン カラフルサラダ・ジュース・フルーツポンチ	ケーキ 牛乳	ミルクプリン	ピラフ ジュース	665	19.2	29.2	2.9	誕生会
12	土	チョコサンド きんぴらごぼう・みかん・牛乳	バナナ	ばかうけせんべい 麦茶	チョコサンド 牛乳	625	15.0	22.4	2.1	
13	日					556	15.2	20.3	1.0	
14	月	スタミナカレー 小女子・オレンジ・牛乳	ヨーグルト おしゃぶり昆布	野菜ウエハース りんごジュース	カレーライス 牛乳	356	10.1	11.8	0.9	
15	火	さばのみそ煮 ブロッコリーサラダ・グレープフルーツ	クリームパン 牛乳	バナナ 麦茶	ご飯 コーンスープ	287	15.4	8.1	1.1	
16	水	チーズハンバーグ 三色和え・みかん	ぱりんこ プリン	玉子ポーロ 牛乳	ご飯 なめこ汁	434	14.7	9.6	1.0	
17	木	肉じゃが 花型卵・きゅうり漬け・バナナ	ビスケット 牛乳	リッツ ヨークプレーン	ご飯 白菜汁	376	17.7	18.8	1.3	
18	金	焼きそば ウインナー・八朔・牛乳	えびせんべい ジョアイチゴ	りんごゼリー	焼きそば 牛乳	437	15.5	14.6	2.6	
19	土	クリスマス保育発表会 (ケーキ・菓子袋)				351	15.1	13.5	1.2	保育発表会
20	日					509	16.0	14.2	1.6	
21	月	のっぺい汁 笹かまカレー揚げ・オレンジ・牛乳	ヨーグルト 小魚	白い風船 牛乳	のっぺい汁 鶏釜ご飯	312	10.7	13.1	0.9	
22	火	五目納豆 冬至カボチャ・八朔	ラスク 牛乳	味一番 ヤクルト	ご飯 まいたけ汁	473	14.3	13.0	1.7	
23	水					428	15.7	14.7	1.2	天皇誕生日
24	木	五色煮 厚焼き卵・みかん	ビスコ 牛乳	アンパンマンせんべい 麦茶	ご飯 さつまいも汁	403	12.7	10.7	0.9	
25	金	クリームスパゲティ ポテトのチーズ焼き・プロカリ・バナナ・牛乳	クリスマスカップケーキ 野菜生活	ももゼリー	クリームスパゲティ 牛乳	344	7.4	14.0	0.2	冬至
26	土	ドッグパン オレンジ・豆乳	バナナ	歌舞伎揚げ 牛乳	ドッグパン 豆乳	526	17.6	15.9	1.1	
27	日					315	12.9	13.3	0.9	
28	月	ブロッコリーカレー 小女子・りんご・牛乳	ヨーグルト おしゃぶり昆布	揚芭蕉 カルピス	カレーライス 牛乳	427	13.2	12.0	1.3	
29	火	ぶりの照り焼き ごぼうサラダ・八朔	甘バターサンド 牛乳	ごませんべい ぶどうジュース	ご飯 二郎玉汁	627	19.7	31.6	2.4	クリスマス
30	水	あらびきチキンパン みかん・牛乳	りんごゼリー 青のりせんべい	ふ菓子 麦茶	あらびきチキンパン 牛乳	591	15.3	28.2	2.2	
31	木					479	14.6	15.7	1.6	大晦日
						360	11.0	12.9	1.1	

