

平成22年1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	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1 金	<h2 style="text-align: center;">明けましておめでとうございます</h2>								
2 土									
3 日									
4 月									
5 火									
6 水	焼肉・ビーフソテー ブロッコリー・いよかん	チョコパン 牛乳	ぱりんこ オレンジジュース	ご飯 なめこ汁	328 454	15.2 16.0	15.2 14.1	0.7 0.8	
7 木	五目ひじき煮 厚焼き卵・みかん	ぼたぼたせんべい ショア白ぶどう	りんごゼリー	ご飯 大根汁	280 374	13.3 10.9	9.2 8.8	0.6 0.9	
8 金	焼きそば・ウインナー きゅうり漬け・牛乳・りんご	ヨーグルト 小魚	野菜ウエハース 麦茶	焼きそば 牛乳	392 372	16.8 15.1	13.9 12.0	1.5 1.4	
9 土	ピーナツサンド マカロニグラタン・牛乳・バナナ	ビスケット 野菜生活	野菜せんべい ヤクルト	ピーナツサンド 牛乳	651 497	18.3 14.0	21.8 14.1	0.8 0.6	
10 日									
11 月									
12 火	ハムカツ 千切りキャベツ・りんご	ミニミルクリッチ 牛乳	ばかうけせんべい カルピス	ご飯 コーンスープ	309 433	11.7 12.9	11.3 11.7	1.0 1.9	
13 水	白菜シチュー 厚揚げとちくわ煮・牛乳・みかん	ヨーグルト おしゃぶり昆布	ビスコ 牛乳	白菜シチュー カレーピラフ	319 453	15.3 15.9	9.2 12.2	0.9 0.8	
14 木	五目納豆・さつまいものバター煮 プロカリ・グレープフルーツ	黒糖みるくせんべい スキムミルク	ももゼリー	ご飯 青菜汁	392 455	17.3 17.2	11.2 8.7	2.9 2.5	団子 さし
15 金	カレーうどん コールスローサラダ・牛乳・バナナ	ひじきおにぎり ショアイチゴ	皇たべよ ヤクルト	カレーうどん 牛乳	562 538	18.2 16.8	13.6 10.2	1.7 1.6	
16 土	スパゲティパン 豆乳・いよかん	バナナ	芭蕉揚 麦茶	スパゲティパン 豆乳	519 414	15.7 12.6	8.2 4.5	1.4 1.2	
17 日									
18 月	栄養すいとん汁 ちくわのカレー揚げ・牛乳・みかん	ヨーグルト 小魚	動物ビスケット 牛乳	栄養すいとん汁 五目ごはん	408 466	20.1 18.0	13.0 13.9	1.2 0.9	
19 火	焼き魚 スパサラダ・りんご	クリームパン スキムミルク	きなこせんべい ヨークプレーン	ご飯 若布汁	390 465	22.0 21.7	12.3 7.5	1.7 1.9	
20 水	ミートボール 温野菜・バナナ	焼き芋 ショアブルーベリー	味一番 麦茶	ご飯 二郎汁	397 526	14.9 14.6	7.1 7.0	0.4 0.8	
21 木	五目昆布煮 花型卵・オレンジ	クラッカー・チーズ ヤクルト	バームロール 牛乳	ご飯 かぶ汁	295 483	14.0 16.9	11.7 14.7	1.7 1.7	
22 金	赤飯・こづゆ・鶏の唐揚げ 青菜和え・黒豆・フルーツ盛り合わせ	ケーキ 牛乳	ミルクプリン	赤飯 こづゆ	583 571	25.1 20.9	24.1 23.7	3.1 2.1	誕生会
23 土	甘バターサンド 中華ソテー・牛乳・いよかん	りんごゼリー プーさん揚げせんべい	ハッピータン スポロン	甘バターサンド 牛乳	467 355	14.0 9.8	12.4 7.3	1.6 1.8	
24 日									
25 月	アップルカレー・福神漬け 小女子・牛乳・グレープフルーツ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	歌舞伎揚げ りんごジュース	カレーライス 牛乳	335 391	18.0 17.2	7.1 7.5	1.7 1.3	
26 火	さんまの甘煮 ポテトサラダ・バナナ	フルーツサンド 牛乳	アンパンマンせんべい ヤクルト	ご飯 さつまいも汁	460 559	15.3 16.5	23.4 18.7	1.2 1.3	
27 水	とんかつ 土佐和え・金時豆・りんご	プリン 青のりせんべい	ふがし 牛乳	ご飯 白菜汁	352 465	15.3 15.5	9.5 13.5	2.4 1.9	
28 木	煮込みおでん みかん	ビスコ 牛乳	あじだるま 麦茶	ご飯 豆腐汁	312 452	14.6 18.2	11.4 12.3	1.6 2.2	
29 金	ミートソーススパゲティ・プロカリ レバーのケチャップ煮・牛乳・りんご	純米せんべい 野菜生活	玉子ボーロ ヨークプレーン	ミートソーススパゲティ 牛乳	510 554	16.1 14.8	16.6 15.9	1.2 0.9	
30 土	チョコサンド コーンサラダ・牛乳・いよかん	バナナ	アスパラガス 牛乳	チョコサンド 牛乳	548 438	14.3 12.1	22.4 16.8	0.9 0.5	
31 日									