

平成22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	I補料 - (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1 水	ミートボール 三色和え・りんご	焼き芋 ショアブルーベリー	牛乳 塩せんべい	ご飯 ハンペン汁	386	13.7	10.2	0.9	
2 木	酢豚 花型卵・きゅうり漬け・みかん	ビスケット	牛乳 バナナ	ご飯 わかめスープ	330	12.6	14.2	0.9	
3 金	肉みそうどん・お浸し たくあん・グレープフルーツ・牛乳	鉄ゼリー ぱりんこ	牛乳	肉みそうどん	394	12.6	9.5	2.6	
4 土	ポテトサンド 豆乳・バナナ	野菜生活 ぼたぼたせんべい	ヨーグルト	豆乳 ポテトサンド	537	13.3	17.9	1.1	
5 日									
6 月	のっぺい汁 笹かまのカレー揚げ・オレンジ・牛乳	ヨーグルト 野菜ウエハース	まがりせんべい 牛乳	のっぺい汁 さつま芋ご飯	333	15.3	11.8	2.4	
7 火	鮭のみぞれ煮 ほうれんそうのごま和え・みかん	牛乳 ピザトースト	ヨークプレーン えびせんべい	ご飯 豆腐汁	446	26.5	16.5	1.7	
8 水	焼肉 五目ビーフン・アスパラコーン・りんご	ヨーグルト チーズ・クラッカー	牛乳 白い風船	ご飯 二郎玉汁	331	16.0	14.9	1.1	
9 木	きんぴらごぼう 厚焼き卵・ブロッコリー・バナナ	牛乳 お魚せんべい	麦茶 みかん	ご飯 青菜汁	296	12.1	11.8	1.9	
10 金	ローストチキン・マッシュポテト ピラのクリームソースかけ・フルーツ・ジュース	牛乳 ケーキ	鉄ゼリー	ピラのソースかけ ジュース	692	23.3	24.1	2.5	
11 土	甘バターサンド カラフルサラダ・オレンジ・牛乳	バナナ	りんごジュース がんばれ野菜家族	牛乳 甘バターサンド	462	13.7	14.7	0.6	
12 日									
13 月	ポークカレー 小女子・牛乳・グレープフルーツ	ヨーグルト きなこせんべい	麦茶 アガパンサせんべい	牛乳 カレーライス	344	17.7	9.4	1.4	
14 火	さばのみぞ煮 かぼちゃサラダ・りんご	牛乳 チョコパン	ヨーグルト 純米せんべい	ご飯 大根汁	425	16.3	21.2	1.3	
15 水	ハムカツ 千切りキャベツ・金時豆・みかん	ミルクプリン ばかうけせんべい	牛乳 アスパラガス	ご飯 たまねぎ汁	342	11.8	10.0	2.3	
16 木	五目昆布煮・スクランブルエッグ フロカリ・オレンジ	牛乳 ビスコ	麦茶 りんご	ご飯 ベーコンスープ	301	12.1	13.6	1.1	
17 金	焼きそば・お浸し ウインナー・グレープフルーツ・牛乳	おにぎり ショアストロベリー	ももゼリー	牛乳 焼きそば	484	17.4	12.2	1.3	誕生会
18 土	保育発表会 (パン・牛乳・みかん・りんごゼリー・せんべい)				275	5.9	11.2	0.2	
19 日					275	5.9	11.2	0.2	
20 月	栄養すいとん汁 天ぷら・バナナ・たくあん・牛乳	ヨーグルト うす焼きせんべい	ふがし 牛乳	栄養すいとん汁 ひじきご飯	332	14.8	7.7	1.3	
21 火	たらばーベキューソースかけ ポイル野菜・みかん	牛乳 じゃが丸くん	麦茶 バナナ	ご飯 かぼちゃ汁	274	14.6	10.6	0.9	
22 水	五目納豆・きゅうり漬け 冬至かぼちゃ・グレープフルーツ	牛乳 ピーナツサンド	りんごゼリー	ご飯 白菜汁	499	15.6	16.8	2.0	冬至
23 木					571	14.3	14.1	1.6	天皇 誕生日
24 金	ミートソーススパゲティ・ブロッコリー レバーのケチャップ煮・牛乳・みかん	野菜生活 カップケーキ	ヨークプレーン ごませんべい	牛乳 スパゲティ	570	14.3	26.5	1.0	
25 土	チョコサンド 春雨ソテー・バナナ・牛乳	ヨーグルト・クラッカー クリスマスケーキ	オレンジジュース 味一番	牛乳 チョコサンド	586	14.6	24.7	0.9	🎁
26 日					561	15.9	20.9	1.4	
27 月	冬野菜シチュー・牛乳 ちくわと厚揚げ煮・グレープフルーツ	ヨーグルト Caせんべい	動物ビスケット 牛乳	ケチャップライス シチュー	531	13.1	16.6	1.2	
28 火	焼き魚 ごぼうサラダ・ブロッコリー・バナナ	牛乳 パンプキンパン	カルピス 皇たべよ	ご飯 キャベツ汁	365	13.6	9.8	1.1	
29 水	鶏の唐揚げ 土佐和え・りんご	スポン まがりせんべい	麦茶 ポーロ	ご飯 野菜スープ	458	21.6	10.6	1.4	
30 木	チョコチップメロンパン 牛乳・みかん	ももゼリー 青のりせんべい	ヨーグルト 野菜チップ	メロンパン 牛乳	347	12.9	13.5	2.2	
31 金					460	12.5	12.6	2.6	大晦日

