



平成23年6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	1人分 (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1	水	ささみ揚げ 土佐和え・オレンジ	プリン ぱりんこ	ディアビスケット 牛乳	ご飯 もやし汁	338	15.3	12.9	1.5	
2	木	五目昆布煮・スクランブルエッグ グレープフルーツ	ポテトのチーズ焼 牛乳	バナナ 麦茶	ご飯 きしゃべつ汁	471	15.8	13.7	1.5	
3	金	焼きそば・ウインナー ブロッコリー・牛乳・バナナ	オレンジジュース ばかうけせんべい	きな粉餅 飲むヨーグルト	焼きそば 牛乳	317	15.5	15.6	1.5	
4	土	クリームサンド 中華ソテー・牛乳・オレンジ	バナナ	芭蕉揚 スポロン	クリームサンド 牛乳	421	16.2	15.7	1.6	
5	日					457	13.8	14.9	1.3	
						530	13.0	14.1	1.2	
						505	19.4	19.0	1.1	
						474	15.7	14.3	1.0	
6	月	シュリンプシチュー 厚揚げとちくわ煮・牛乳・バナナ	ヨーグルト 味しらべ	ビスコ 牛乳	シチュー ピラフ	451	20.1	15.3	0.8	
7	火	かじきの竜田揚げ 青菜のごま和え・グレープフルーツ	クラッカー・チーズ ヤクルト400	ハッピータン 麦茶	ご飯 たまねぎ汁	598	19.8	21.1	1.5	
8	水	蒸しだんご 温野菜・オレンジ	きな粉揚げパン 牛乳	ごませんべい りんごジュース	ご飯 わかめ汁	438	20.2	10.3	2.0	
9	木	マーボー豆腐 花型卵・きゅうり漬け・バナナ	ジョアブルーベリー 純米せんべい	ヨーグルト	ご飯 野菜スープ	536	19.6	24.9	0.7	
10	金	豚丼・きのこ和え たくあん・みそ汁・メロン	ケーキ	リッツ ヤクルト	豚丼 みそ汁	589	20.2	20.7	1.2	誕生会
11	土	クロワッサンサンド 豆乳・グレープフルーツ	ビスケット 野菜生活	がんばれ野菜家族 カルピス	クロワッサンサンド 豆乳	318	15.3	6.9	1.5	
12	日					447	18.3	7.0	2.4	
						571	17.4	17.9	2.5	
						467	14.6	14.9	1.4	
13	月	むらくも汁・ちくわのカレー揚げ 小松菜のお浸し・牛乳・バナナ	飲むヨーグルト アンパンマンお魚まつり	ふがし 牛乳	むらくも汁 五目ごはん	696	19.2	34.8	1.7	
14	火	焼き魚 かぼちゃサラダ・グレープフルーツ	甘バターパン 牛乳	バナナ 麦茶	ご飯 ニラ玉汁	534	12.9	24.1	1.0	
15	水	チキンカツ 千切りキャベツ・金時煮豆・オレンジ	どんどん焼き ジョアイチゴ	ミルクプリン	ご飯 じゃがいも汁	428	16.2	11.4	2.6	
16	木	ひじきの寄せ煮・厚焼き卵 カリコリきゅうり・バナナ	フルーツ白玉	あじ一番 オレンジジュース	ご飯 なめこ汁	438	14.4	9.1	1.9	
17	金	肉みそスパゲティ・レバーのケチャップ煮 アスパラコーン・牛乳・グレープフルーツ	プリン 星たべよ	アスパラガス 麦茶	肉みそスパゲティ 牛乳	402	21.7	10.8	2.8	
18	土	チョコサンド きんぴらごぼう・牛乳・オレンジ	バナナ	ひとくち炭火焼き ヤクルト	チョコサンド 牛乳	487	19.0	9.8	3.0	
19	日					410	11.9	7.8	2.9	
						539	12.5	8.0	2.2	
						500	17.2	17.3	1.5	
						457	13.9	16.2	1.3	
20	月	ポークカレー・小女子 福神漬け・牛乳・グレープフルーツ	ヨーグルト 塩揚げせんべい	動物ビスケット 麦茶	カレーライス 牛乳	486	14.4	17.9	0.9	
21	火	たらのおろし煮 ブロッコリー・サラダ・バナナ	ミニミルクリッチパン 牛乳	雪の里せんべい スポロン	ご飯 かぼちゃ汁	413	11.6	11.5	0.8	
22	水	焼肉 ビーフンソテー・トマト・オレンジ	まがりせんべい ヤクルト400	野菜のたまごポーロ 牛乳	ご飯 とろりんスープ	402	18.2	9.3	1.9	
23	木	五目納豆・さつまいもの甘煮 ブロッコリー・グレープフルーツ	ビスコ 牛乳	ヨーグルト	ご飯 だいこん汁	469	16.8	10.1	1.3	
24	金	温そうめん・揚げだし豆腐 カリコリきゅうり・牛乳・バナナ	ひじきおにぎり	白い風船 牛乳	温そうめん	393	19.5	18.0	1.2	
25	土	ソフトフランスピーナッツパン マカロニサラダ・牛乳・オレンジ	ミルクプリン 歌舞伎揚げ	クラッカー ぶどうジュース	ソフトフランスパン 牛乳	588	21.2	19.1	1.8	
26	日					319	16.1	8.9	0.8	
						463	18.0	10.7	1.0	
						409	14.1	14.7	2.1	
						487	17.3	15.7	2.0	
						556	21.9	12.6	2.5	
						524	19.2	12.5	2.3	
27	月	春雨スープ・鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草とえのきのお浸し・牛乳・バナナ	ヨーグルト アンパンマンせんべい	ウエハース 牛乳	春雨スープ きのこご飯	637	16.1	28.3	0.5	
28	火	さんまの蒲焼き 寒天サラダ・メロン	アンバターパン 牛乳	ヨーグルト	ご飯 豆腐汁	769	18.2	30.3	0.9	
29	水	豆腐入り松風焼き 三色和え・オレンジ	手作りプリン ミニサラダせんべい	バナナ 麦茶	ご飯 わかめスープ	393	22.5	11.7	1.6	
30	木	酢豚・スクランブルエッグ きゅうり漬け・バナナ	チョコチップクッキー 気になる野菜	膏のりせんべい ヤクルト	ご飯 青菜汁	526	23.9	15.6	1.8	
						475	20.0	25.9	1.1	
						473	16.1	16.7	1.3	
						322	17.8	11.9	1.1	
						387	15.2	10.9	1.0	
						393	11.6	12.8	0.9	
						484	13.0	9.7	1.3	