

# 平成23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礼ギ (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1 土	親子芋煮運動会								
2 日									
3 月	きのこカレー・小女子 福神漬け・牛乳・梨	ヨーグルト ぱりんこ	おやさいポーロ 麦茶	きのこカレーライス 牛乳	371 467	17.1 16.4	8.5 8.4	1.7 1.0	
4 火	さばのみそ煮 ミモザサラダ・グレープフルーツ	ミルクリッチ 牛乳	プリン	ご飯 春雨スープ	374 482	14.9 15.0	16.3 16.9	1.0 0.9	
5 水	五目納豆・さつまいもの甘煮 ブロッコリー・りんご	純米せんべい ヤクルト400	バナナ 牛乳	ご飯 大根汁	379 497	12.9 17.0	11.6 13.8	2.9 2.8	
6 木	秋の小遠足 (気になる野菜・ポテトチップス)								
7 金	けんちんうどん・ソーセイ揚げ たくあん・牛乳・バナナ	おにぎり ジョアプレーン	野菜チップ 牛乳	けんちんうどん	565 540	23.4 21.3	12.3 12.4	3.3 2.4	
8 土	メロンパン マカロニグラタン・牛乳・オレンジ	りんごゼリー アンパンマンせんべい	ごまクラッカー スポロン	メロンパン 牛乳	652 591	18.0 16.7	20.6 16.4	1.3 1.5	
9 日									
10 月	ハロウィン								体育の日
11 火	焼肉 エビ入りビーフンソテー・オレンジ	ぼたぼたせんべい 野菜生活	ヨーグルト	ご飯 わかめスープ	296 374	14.3 15.3	10.9 9.1	0.5 0.8	
12 水	白身魚のカレー・天ぷら・三色和え たくあん・グレープフルーツ	マヨネーズパン 牛乳	味しらべ・ ジュース	ご飯 さつまいも汁	426 536	24.8 21.5	17.3 16.7	2.1 2.0	
13 木	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵・オレンジ	ムーンライト オレンジジュース	梨 麦茶	ご飯 なめこ汁	341 403	12.5 12.5	15.4 13.6	2.8 3.2	
14 金	焼きそば・ウインナー フロカリ・牛乳・梨	プリン 塩揚げせんべい	ビスコ 飲むヨーグルト	焼きそば 牛乳	496 531	14.6 13.0	19.5 17.2	1.3 1.0	
15 土	野菜サンド 豆乳・バナナ	クラッカー ジョアイチゴ	ヤクルト 甘辛せんべい	野菜サンド 豆乳	638 525	17.8 15.7	27.2 17.6	1.4 1.2	
16 日									
17 月	秋野菜シチュー ちくわのひき肉煮・牛乳・梨	フルーチェ ばかうけせんべい	玉子ポーロ 牛乳	秋野菜シチュー エビピラフ	384 482	19.3 17.8	9.7 8.7	1.4 1.5	
18 火	焼き魚・ごぼうサラダ ブロッコリー・グレープフルーツ	ピーナツパン 牛乳	りんごゼリー	ご飯 かぼちゃ汁	329 423	16.0 14.8	12.7 10.7	1.4 1.4	
19 水	きのこハンバーグ 温野菜・オレンジ	スイートポテト 野菜生活	ハッピータン 牛乳	ご飯 二郎汁	429 561	15.0 16.3	14.7 15.2	0.5 1.2	
20 木	酢豚・花型卵 いんげんのごま和え・りんご	まがりせんべい スポロン	バナナ 麦茶	ご飯 青菜汁	347 429	10.5 11.9	11.4 10.4	0.9 1.2	
21 金	きのこおこわ・まぐろカツ マカロニサラダ・みそ汁・梨	ケーキ 牛乳	星たべよ ヤクルト	きのこおこわ みそ汁	688 548	30.7 25.1	23.5 18.3	2.0 2.3	誕生会
22 土	ソフトフランスジャム&バターパン ポテトのスクランブルエッグ・牛乳・ぶどう	バナナ	動物ビスケット ぶどうジュース	ソフトフランスパン 牛乳	619 525	15.0 9.8	28.2 18.9	0.7 0.4	
23 日									
24 月	ポークカレー・小女子 福神漬け・牛乳・りんご	ヨーグルト ごませんべい	野菜ウエハース カルピス	ポークカレーライス 牛乳	390 459	17.1 16.0	9.2 10.0	1.6 1.2	
25 火	さんまの甘煮・さつまいもサラダ ブロッコリー・グレープフルーツ	玄米パン 手作りドリンク	りんご 麦茶	ご飯 たまねぎ汁	418 453	16.1 15.7	19.0 12.8	1.3 1.5	
26 水	蒸しだんご 青菜和え・金時豆・バナナ	栗・チーズ ジョア白ぶどう	きなこせんべい 牛乳	ご飯 とろりんスープ	340 517	16.6 22.1	9.4 14.2	0.7 0.9	
27 木	里芋と野菜の煮物 スクランブルエッグ・梨	蒸しパン 牛乳	ミニサラダせんべい 麦茶	ご飯 もやし汁	437 509	16.9 17.5	13.0 12.0	1.4 1.6	
28 金	ミートソーススパゲティ・アスパラコーン レバーのケチャップ煮・牛乳・りんご	ビスコ 気になる野菜	ミルクプリン	ミートソーススパ 牛乳	563 559	14.3 12.7	20.9 21.5	1.1 0.7	
29 土	チョコサンド きのこソテー・牛乳・オレンジ	ももゼリー 歌舞伎揚げ	白い風船 飲むヨーグルト	チョコサンド 牛乳	488 420	12.8 9.3	18.3 12.2	1.5 1.3	
30 日									
31 月	のっぺい汁 チーズ入り笹かま揚げ牛乳・バナナ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	バームロール 牛乳	のっぺい汁 さつまいもご飯	328 435	15.6 15.7	9.3 9.7	1.5 1.3	