

平成23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	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1	木	きんぴらごぼう・スクランブルエッグ プロカリ・バナナ	チョコチップクッキー 牛乳	オレンジジュース ぱりんこ	ご飯 白菜汁	317	12.5	14.2	1.0	
2	金	卵とじうどん・揚げだし豆腐 牛乳・オレンジ	ひじきおにぎり 野菜生活	りんご 牛乳	卵とじうどん	535	17.6	13.3	1.7	
3	土	チョコサンド さつまいもサラダ・牛乳・りんご	ばかうけせんべい スポロン	飲むヨーグルト アスパラガス	チョコサンド 牛乳	595	16.0	24.9	1.0	
4	日									
5	月	アップルカレー・小女子 福神漬け・牛乳・バナナ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	りんごゼリー	カレーライス 牛乳	339	17.2	7.0	1.7	
6	火	かじきの竜田揚げ 土佐和え・スウィーティー	フレンチトースト 牛乳	麦茶 みかん	ご飯 かぼちゃ汁	355	24.9	9.4	1.9	
7	水	煮込みハンバーグ 温野菜・みかん	まがりせんべい ヤクルト400	ヨーグルト	ご飯 春雨スープ	416	23.1	15.6	1.3	
8	木	ひじきの寄せ煮・厚焼き卵 グレープフルーツ	ビスコ 気になる野菜	牛乳 アンパンマンせんべい	ご飯 きのこ汁	377	10.6	11.9	2.7	
9	金	ピラフのクリームソースかけ・ローストチキン スパサラ・フルーツヨーグルト・オレンジジュース	ケーキ 牛乳	麦茶 たまごボーロ	ピラフ オレンジジュース	800	28.3	27.7	2.4	誕生会
10	土	ピーナツサンド 野菜ソテー・牛乳・オレンジ	バナナ	ヤクルト ハッピーターン	ピーナツサンド 牛乳	559	14.7	20.9	1.8	
11	日									
12	月	冬野菜シチュー・ちくわの挽き肉煮 牛乳・スウィーティ	ヨーグルト 塩揚げせんべい	白い風船 牛乳	冬野菜シチュー ピラフ	361	18.5	8.0	1.2	
13	火	さんまの甘煮・かぼちゃサラダ ブロッコリー・オレンジ	ねじりパン 牛乳	麦茶 リッツ	ご飯 ニラ玉汁	428	15.1	23.6	0.7	
14	水	ハムチーズサンドフライ・千切りキャベツ 金時豆・グレープフルーツ	Caウエハース ジョアブレン	ぶどうジュース 野菜せんべい	ご飯 わかめスープ	451	21.1	17.7	3.6	
15	木	切干し大根の含め煮・花型卵 アスパラコーン・みかん	さつまいものチーズ焼き 牛乳	バナナ 麦茶	ご飯 なめこ汁	296	10.3	10.3	0.9	
16	金	焼きそば・ウインナーケチャップ煮 プロカリ・牛乳・バナナ	ミルクプリン 青のりせんべい	スポロン ごまクラッカー	焼きそば 牛乳	504	14.8	19.4	1.3	
17	土	保育発表会★(パン・牛乳・みかん・気になる野菜・星たべよ)				495	11.6	15.1	0.8	保育発表会
18	日					479	8.4	11.3	0.7	
19	月	栄養すいとん汁・笹かまの磯辺揚げ 牛乳・グレープフルーツ	手作りドリンク 黒糖みるくせんべい	バナナ 牛乳	栄養すいとん汁 とり釜ごはん	394	17.2	11.7	1.7	
20	火	焼き魚・春雨サラダ たくあん・りんご	甘バターパン 牛乳	ヨーグルト	ご飯 かぶ汁	320	18.1	10.1	2.3	
21	水	ふわふわ鶏から 青菜のごま和え・スウィーティー	クラッカー・チーズ ジョアブルーベリー	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 大根汁	457	22.5	19.8	1.7	
22	木	五目納豆 冬至かぼちゃ・オレンジ	カップケーキ 牛乳	麦茶 きなこせんべい	ご飯 青菜汁	539	16.7	26.7	2.5	冬至
23	金									天皇誕生日
24	土	スパゲティパン フライドポテト・豆乳・バナナ	プリン・歌舞伎揚げ クリスマスケーキ	飲むヨーグルト ふがし	スパゲティパン 豆乳	697	18.3	22.6	1.8	クリスマス会
25	日									
26	月	チキンカレー・小女子 福神漬け・牛乳・オレンジ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	麦茶 ビスコ	カレーライス 牛乳	324	17.7	7.1	1.7	
27	火	たらのタルタルソース 青菜和え・みかん	セサミパン 手作りドリンク	ヤクルト 味しらべ	ご飯 豆腐汁	446	19.1	18.0	0.9	
28	水	焼肉・ビーフンソテー プロカリ・バナナ	りんごゼリー ミニサラダせんべい	牛乳 バームロール	ご飯 コーンスープ	359	15.0	14.0	0.9	
29	木	肉じゃが・花型卵 いんげんのごま和え・スウィーティ	動物ビスケット 牛乳	りんごジュース 雪の里せんべい	ご飯 わかめ汁	348	14.5	13.8	0.9	
30	金	チョコチップメロンパン 牛乳・みかん	オレンジジュース 純米せんべい	ももゼリー	メロンパン 牛乳	514	12.7	14.8	0.5	
31	土					498	9.5	11.0	0.4	大晦日

