平成24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） 副食	間食	献立名（三歳未満児） 間食(AM)	主食	以上児 未満児 エネルギー(Kcal)	蛋白質(g)	脂肪(g)	塩分(g)	備考 行事等
1	月	とろりんスープ・ささみ揚げ・お浸し	ヨーグルト	ヤクルト	さつまいもご飯	337	20.9	10.7	2.4	南が丘
		牛乳・バナナ	小魚アーモンド	せんべい	とろりんスープ	387	15.0	4.8	1.7	牧場見学
2	火	さばのみそ煮・ポテトサラダ・レタス	ミルクリッチ	麦茶	ご飯	362	14.0	16.1	1.0	
		ぶどう	牛乳	バナナ	なめこ汁	418	14.8	12.9	1.1	
3	水	ミートボール・温野菜	手作りドリンク	ぶどうジュース	ご飯	321	12.6	11.4	0.6	
		バナナ	ビスケット	せんべい	ベーコンスープ	484	16.6	14.0	2.4	
4	木	筑前煮・厚焼き卵・きゅうり漬け	手作りドーナツ	ヨーグルト	ご飯	358	17.5	12.7	2.7	
		グレープフルーツ	牛乳		わかめ汁	471	20.6	11.2	2.4	
5	金	✿秋の小遠足✿（お菓子・ジュース）								
6	土	ピーナツサンド	りんごゼリー	飲むヨーグルト	ピーナツサンド	580	15.6	18.0	0.8	
		中華サラダ・牛乳・梨	せんべい	白い風船	牛乳	485	10.8	11.0	0.5	
7	日									
8	月									体育の日
9	火	ひじきの寄せ煮・花型卵	ヨーグルト	麦茶	ご飯・青菜汁	281	15.1	9.8	1.5	
		いんげんのごま和え・オレンジ	おしゃぶりするめ	梨		342	14.5	7.8	1.9	
10	水	さつまいもコロッケ・キャベツ和え	プリン	りんごジュース	ご飯・豆腐汁	413	10.6	12.4	1.9	
		ぶどう	せんべい	リッツ		531	12.5	12.1	1.9	
11	木	焼き魚・ごぼうサラダ	チョコパン	ももゼリー	ご飯・ニラ玉汁	341	18.7	13.6	2.6	
		金時豆・オレンジ	牛乳			439	16.3	13.6	2.4	
12	金	タンメン・ちくわのカレー天ぷら	おにぎり	牛乳	タンメン	592	22.4	12.8	3.0	
		たくあん・牛乳・グレープフルーツ	ジョアプレーン	ビスコ		520	18.7	12.9	1.9	
13	土	♫わくわくランド♩	ビスケット	ヤクルト	パン・牛乳・梨					わくわく
			気になる野菜	せんべい	ケチャップ煮	472	12.5	9.6	0.6	ランド
14	日									
15	月	エッグカレー・小女子・福神漬け	ヨーグルト	麦茶	カレーライス	415	22.8	12.5	2.3	
		牛乳・バナナ	おしゃぶり昆布	野菜ウエハース	牛乳	485	20.0	13.1	2.0	
16	火	さんまの甘煮・かぼちゃサラダ	チーズパン	プリン	ご飯	517	18.6	28.9	1.7	
		梨	牛乳		たまねぎ汁	601	19.0	26.9	1.8	
17	水	焼肉・ビーフンソテー・ブロカリ	せんべい	牛乳	ご飯	370	16.7	12.3	0.9	
		りんご	ヤクルト４００	玉子ボーロ	コーンスープ	502	16.4	11.8	0.6	
18	木	酢豚・花型卵・きゅうり漬け	クラッカー・チーズ	麦茶	ご飯	411	18.3	15.3	1.5	
		グレープフルーツ	ジョアイチゴ	りんご	大根汁	494	19.0	15.3	1.7	
19	金	きのこおこわ・かじきの竜田揚げ・みそ汁	ケーキ	飲むヨーグルト	きのこおこわ	640	25.0	22.4	2.1	お誕生会
		さつまいもサラダ・レタス・梨	牛乳	せんべい	みそ汁	615	20.2	19.2	1.8	
20	土	クリームサンド・きのこソテー	ビスコ・野菜生活	カルピス	クリームサンド	521	17.1	18.7	1.6	創立
		牛乳・バナナ	紅白大福	せんべい	牛乳	422	12.0	12.2	1.5	記念日
21	日									
22	月	秋野菜シチュー・ちくわの挽き肉煮	ヨーグルト	牛乳	秋野菜シチュー	359	16.8	9.2	1.1	
		ブロッコリー・牛乳・オレンジ	Ｃａウエハース	せんべい	エビピラフ	482	22.5	9.2	1.8	
23	火	ししゃものから揚げ・土佐和え	パンプキンパン	麦茶	ご飯	354	16.5	14.9	1.6	
		梨	手作りドリンク	ビスケット	さつまいも汁	476	17.9	14.1	1.9	
24	水	照り焼きチキン・マカロニサラダ	せんべい	ヨーグルト	ご飯	340	18.9	13.8	1.0	
		レタス・バナナ	ヤクルト４００		わかめスープ	387	18.5	8.9	1.1	
25	木	大根の煮物・ﾐｰﾄｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ	お好み焼き	スポロン	ご飯	373	16.2	15.7	2.2	
		りんご・きゅうり漬け	牛乳	せんべい	きのこ汁	535	20.8	17.4	1.7	
26	金	焼きそば・ウインナー・ブロカリ	ミルクプリン	麦茶	焼きそば	503	15.3	19.6	1.1	
		牛乳・グレープフルーツ	せんべい	梨	牛乳	447	12.6	16.1	0.8	
27	土	あんこもち・納豆もち・きなこもち	ジョアブルーベリー	りんごゼリー	あんこもち・納豆もち	523	19.9	5.2	2.7	もちつき
		つゆもち・二色漬け・たくあん漬け	せんべい		きなこもち・つゆもち	455	14.5	2.8	1.3	大会
28	日									
29	月	けんちん汁・鶏肉のさっぱり煮	ヨーグルト	牛乳	ひじきご飯	465	27.3	15.4	2.1	
		二色浸し・牛乳・りんご	せんべい	バームロール	けんちん汁	520	21.7	15.2	2.3	
30	火	たらの磯辺揚げ・青菜ごま和え	フルーツサンド	オレンジジュース	ご飯	414	17.2	17.9	1.0	
		オレンジ	牛乳	せんべい	カボチャ汁	541	17.0	15.2	1.6	
31	水	五目納豆・さつまいもの甘煮	せんべい	麦茶	ご飯	467	14.4	14.0	2.7	
		ブロッコリー・梨	スポロン	ビスケット	かぶ汁	544	15.8	14.8	2.6	