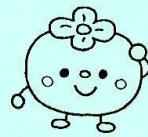


平成24年11月分予定献立表



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 木	きんぴらごぼう・スクランブルエッグ ブロッコリー・オレンジ	牛乳 ビスコ	野菜生活 せんべい	ご飯 たまねぎスープ	300 412	12.3 11.8	13.4 11.4	0.6 1.0	
2 金	スパゲティ ナポリタン・レバーの竜田揚 白菜の煮浸し・グレープフルーツ・牛乳	プリン せんべい	麦茶 バナナ	牛乳 スパゲティ	495 476	16.9 14.5	17.3 14.9	1.4 1.3	
3 土									文化 の日
4 日									
5 月	ハムカツ 温野菜・金時豆・グレープフルーツ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	牛乳 ビスコ	ご飯 大根汁	287 444	14.5 18.0	7.7 9.9	2.3 1.8	
6 火	ポークカレー 福神漬け・小女子・牛乳・みかん	ヤクルト せんべい	麦茶 ハッピータン	牛乳 カレーライス	344 380	15.0 14.0	8.9 6.9	1.6 1.5	
7 水	焼き魚(新巻き) かぼちゃサラダ・レタス・バナナ	牛乳 フレンチトースト	りんごジュース せんべい	ご飯 白菜汁	394 513	18.8 18.8	18.6 16.2	1.9 1.8	
8 木	じゃがいものそぼろ煮 厚焼き卵・きゅうり漬け・みかん	ジョアブルーベリー 動物ビスケット	麦茶 せんべい	ご飯 青菜汁	329 398	13.6 15.2	7.2 6.6	3.4 2.5	焼き芋 会
9 金	中華丼・みそ汁 三色和え・たくあん・フルーツ盛り	牛乳 ケーキ	ヨーグルト	中華丼 みそ汁	560 419	18.7 16.3	20.5 13.2	1.5 1.0	誕生会
10 土	ソフトピーナツサンド マカロニグラタン・りんご・牛乳	りんごゼリー せんべい	ヤクルト アスパラガス	牛乳 ピーナツサンド	820 647	21.9 16.9	29.9 19.7	1.5 1.0	
11 日									
12 月	栄養すいとん汁・照り焼きチキン れんこんサラダ・みかん・牛乳	ヨーグルト 小魚アーモンド	牛乳 バームクーヘン	カボチャご飯 栄養すいとん汁	386 438	25.1 22.1	16.9 16.0	1.5 1.0	
13 火	かじきの唐揚げ 土佐和え・粉ふき芋・バナナ	牛乳 甘バターサンド	牛乳 ももゼリー	ご飯 なめこ汁	378 476	19.1 16.5	9.7 9.7	1.7 1.6	
14 水	焼肉 シーザーサラダ・グレープフルーツ	野菜生活 ビスケット	麦茶 みかん	ご飯 春雨スープ	261 344	12.7 12.2	10.0 7.8	0.6 0.7	
15 木	マーボーナス 花型卵・レタス・みかん	牛乳 せんべい	ヤクルト リッツ	ご飯 わかめ汁	305 447	12.0 16.0	13.7 13.5	1.5 1.3	
16 金	カレーうどん・笹かまの磯辺揚げ たくあん・牛乳・オレンジ	ジョアアップル カップライス	麦茶 クッキー	牛乳 カレーうどん	509 462	22.9 19.8	13.2 12.2	1.9 1.3	
17 土	チョコサンド ヒーフンソテー・りんご・牛乳	バナナ	カルピス せんべい	牛乳 チョコサンド	472 371	12.3 8.9	17.1 11.1	1.0 1.0	
18 日									
19 月	マカロニシチュー・大学芋・牛乳 ほうれん草とえのきのお浸し・バナナ	ヨーグルト おしゃぶりスルメ	牛乳 白い風船	マカロニシチュー ひじきご飯	436 437	18.0 18.1	9.1 9.1	1.1 1.0	
20 火	白身魚のマリネ風 サラダスパゲティ・りんご	牛乳 玄米パン	ミルクプリン	ご飯 もやし汁	423 488	17.0 22.4	16.8 16.2	1.2 1.5	
21 水	花しゅうまい ポイル野菜・オレンジ	スポロン せんべい	牛乳 バナナ	ご飯 こら玉汁	222 393	9.1 15.1	5.6 9.0	0.4 0.8	
22 木	五目昆布煮 花型卵・きゅうり漬け・みかん	牛乳 焼き芋	ジョアイチゴ せんべい	ご飯 キャベツ汁	329 507	10.4 16.9	9.4 8.8	1.1 1.6	
23 金									勤労感謝 の日
24 土	ハンバーガー マッシュポテト・バナナ・豆乳	ヤクルト クラッカー	麦茶 せんべい	豆乳 ハンバーガー	563 425	22.3 15.0	15.3 9.2	2.0 1.6	
25 日									
26 月	豚汁 チーズ納豆・お浸し・みかん・牛乳	ヨーグルト 干し芋	牛乳 せんべい	豚汁 ご飯	423 479	18.8 16.8	12.1 11.1	3.5 2.0	
27 火	さばのみそ煮 ポテトサラダ・レタス・りんご	牛乳 セサミパン	牛乳 ももゼリー	ご飯 まいだけ汁	451 458	15.2 15.1	20.2 13.6	0.9 0.9	
28 水	ふわふわ鶏カラ・青菜のごま和え 焼きかぼちゃ・バナナ	りんごゼリー せんべい	麦茶 りんご	ご飯 野菜スープ	311 375	13.0 10.5	9.3 6.8	1.1 1.7	
29 木	里芋と野菜の煮物・スクランブルエッグ きゅうり漬け・グレープフルーツ	牛乳 ライスピザ	ヤクルト 芭蕉揚	ご飯 はんぺん汁	314 382	12.9 14.6	10.2 8.0	1.5 1.6	
30 金	三色そうめん・天ぷら カリカリきゅうり・みかん・牛乳	ジョアブルーベリー せんべい	牛乳 玉子ボーロ	牛乳 三色そうめん	488 496	17.4 16.5	11.9 9.9	2.2 2.1	