

平成26年1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補材 - (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1	水									元旦
2	木									
3	金									
4	土									
5	日									
6	月	栄養すいとん汁・鶏肉のさっぱり煮 たくあん・牛乳・オレンジ	ヨーグルト せんべい	牛乳 ビスコ	栄養すいとん汁 とり釜ごはん	429 544	22.2 22.1	15.1 15.1	2.1 1.6	
7	火	焼き魚・ポテトサラダ 黒豆・グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	麦茶 バナナ	ご飯 白菜汁	365 424	19.9 17.1	9.9 8.5	2.7 2.7	
8	水	松風焼き・ナムル みかん	チョコパン 牛乳	りんごジュース ごまクラッカー	ご飯 ワカメスープ	421 560	23.9 21.8	16.9 17.3	1.8 1.7	
9	木	ひじきの寄せ煮・花型卵 バナナ	手作りドーナツ 牛乳	カルピス せんべい	ご飯 なめこ汁	422 520	15.0 15.8	18.9 16.5	1.0 1.6	
10	金	焼きそば・ウインナー ブロッコリー・牛乳・りんご	クラッカー・チーズ スポロン	プリン	焼きそば 牛乳	543 572	18.1 17.8	23.9 25.0	1.5 1.3	
11	土	クリームサンド・厚揚げのケチャップ煮 牛乳・スウィーティ	ももゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	クリームサンド 牛乳	535 435	19.9 13.6	17.6 12.2	1.7 1.2	
12	日									成人の日
13	月									
14	火	赤魚の煮魚・マカロニサラダ みかん	ヨーグルト 小魚アーモンド	牛乳 たまごボーロ	ご飯 ニラ玉汁	305 462	14.9 17.1	11.1 12.7	1.7 1.2	だんご さし
15	水	しゅうまい・温野菜 オレンジ	ソフトフランスパン 牛乳	ヤクルト せんべい	ご飯 豆腐汁	470 532	18.5 18.3	19.2 14.6	0.6 0.9	
16	木	きんぴらごぼう・スクランブルエッグ ブロッコリー・りんご	ゆかりおにぎり ジョア白ぶどう	ほうじ茶 みかん	ご飯 コーンスープ	407 436	16.5 15.4	10.6 7.2	1.0 0.9	
17	金	お赤飯・こづゆ・鶏の唐揚げ 青菜和え・みかん	ケーキ 牛乳	りんごゼリー	お赤飯 こづゆ	591 444	22.4 15.9	22.6 15.1	2.3 1.5	誕生会
18	土	サンドイッチ 豆乳・バナナ	プリン せんべい	飲むヨーグルト リッツ	サンドイッチ 豆乳	564 563	19.7 15.4	20.5 17.7	2.1 1.5	
19	日									
20	月	アップルカレー・小女子・福神漬け 牛乳・グレープフルーツ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	麦茶 せんべい	カレーライス 牛乳	360 412	21.0 18.9	7.7 7.9	2.2 1.6	
21	火	まぐろの竜田揚げ・土佐和え 金時豆・りんご	焼き芋 野菜生活	牛乳 ビスケット	ご飯 じゃがいも汁	375 496	18.1 18.1	0.7 7.0	1.9 2.3	
22	水	五目納豆・さつまいもの甘煮 ブロッコリー・みかん	ワッフル 牛乳	ほうじ茶 りんご	ご飯 大根汁	422 466	15.3 14.1	15.9 14.4	2.4 2.0	
23	木	じゃがいものそぼろ煮・厚焼き卵 スウィーティ	ビスコ 手作りドリンク	ヨーグルト	ご飯 はんぺん汁	402 490	17.8 20.8	10.1 9.1	0.9 1.6	
24	金	肉みそスパゲッティ レバーのケチャップ煮・牛乳・バナナ	せんべい ヤクルト400	オレンジジュース Caウエハース	肉みそスパゲッティ 牛乳	470 477	22.8 18.0	14.6 14.1	1.5 1.3	
25	土	チョコサンド 野菜ソテー・牛乳・オレンジ	バナナ	スポロン せんべい	チョコサンド 牛乳	481 490	13.2 12.3	19.8 16.6	1.0 0.9	
26	日									
27	月	白菜と鶏肉のホワイトシチュー ちくわとこんにゃくの煮物・牛乳・みかん	ヨーグルト バナナチップ	牛乳 せんべい	ホワイトシチュー エビピラフ	396 457	20.8 19.1	8.6 7.8	1.1 1.1	
28	火	焼肉・ビーフソテー ブロッコリー・みかん	せんべい 牛乳	麦茶 野菜ボーロ	ご飯 青菜汁	335 443	17.1 14.9	14.3 11.8	1.1 1.4	
29	水	たらのおろし煮・マセドアンサラダ りんご	ピザトースト ジョアプレーン	ミルクプリン	ご飯 かぶ汁	438 561	18.1 18.2	15.3 17.0	1.5 1.8	
30	木	八宝菜・花型卵 スウィーティ	ビスケット 牛乳	ヤクルト せんべい	ご飯 春雨スープ	314 454	14.5 15.7	14.4 13.6	0.3 0.6	
31	金	焼きうどん・青菜ごま和え 牛乳・みかん	せんべい 気になる野菜	飲むヨーグルト 五穀クラッカー	焼きうどん 牛乳	421 520	11.8 13.0	9.2 10.6	1.6 1.7	

★1歳6ヶ月未満の子は、きざみ・薄味にしています。(おやつも含む)
個々に合わせて、幼児食へと移行していきます。