

# 平成25年6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* (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1	土	クリームサンド・牛乳 ミートソースグラタン・グレープフルーツ	バナナ	ぶどうジュース せんべい	クリームサンド 牛乳	659 529	19.3 12.6	30.2 18.9	1.4 1.2	
2	日									
3	月	春雨スープ・鶏肉のさっぱり煮 たくあん・牛乳・オレンジ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	牛乳 せんべい	さつまいもご飯 春雨スープ	346 416	20.2 17.0	12.9 10.8	1.9 1.4	
4	火	焼き魚・かみかみサラダ ブロッコリー・バナナ	クラッカー・チーズ ジョアいちご	ミルクプリン	ご飯 豆腐汁	414 517	23.3 22.3	15.1 14.9	2.1 2.2	
5	水	とんかつ・キャベツ和え グレープフルーツ	パンプキンパン 牛乳	ほうじ茶 バナナ	ご飯 さつまいも汁	402 474	22.7 19.0	14.0 12.5	1.9 1.6	
6	木	切干し大根の含め煮・スクランブルエッグ きゅうり漬け・バナナ	ビスコ スキムミルク	ももゼリー	ご飯 玉ねぎ汁	335 454	14.5 14.9	12.5 13.6	1.6 1.5	
7	金	焼きそば・ウインナー・牛乳 ・アスパラ・オレンジ	手作りフルーツパフェ	豆乳 せんべい	焼きそば 牛乳	537 599	15.0 16.1	25.0 25.0	0.9 0.8	
8	土	甘バターサンド・厚揚げのケチャップ煮 牛乳・バナナ	せんべい ヤクルト400	麦茶 たまごボーロ	甘バターサンド 牛乳	541 441	19.0 13.2	14.3 8.5	1.2 1.1	
9	日									
10	月	チーズカレー・小女子・福神漬け 牛乳・オレンジ	ヨーグルト バナナチップ	りんごジュース せんべい	チーズカレーライス 牛乳	481 544	24.2 19.6	15.7 12.4	4.1 2.5	
11	火	たらのおろし煮・マセドアンサラダ レタス・バナナ	マヨネーズパン 牛乳	飲むヨーグルト せんべい	ご飯 きのこ汁	475 597	20.4 20.3	21.5 20.7	1.7 1.4	
12	水	豆腐ハンバーグ 温野菜・オレンジ	せんべい ミルミル	ほうじ茶 ビスケット	ご飯 コーンスープ	361 499	14.9 18.2	11.5 12.1	0.6 0.7	
13	木	五目納豆・さつまいもの甘煮 アスパラコーン・グレープフルーツ	ビスケット 野菜生活	牛乳 せんべい	ご飯 青菜汁	380 469	11.0 13.5	11.9 11.4	2.1 1.7	
14	金	豚丼・青菜のごま和え たくあん・なめこ汁・フルーツ	ケーキ 牛乳	ヨーグルト	豚丼 なめこ汁	458 484	14.9 17.4	19.3 15.0	1.9 1.9	誕生会
15	土	クロワッサンサンド・マッシュポテト 豆乳・バナナ	りんごゼリー せんべい	ヤクルト リッツ	クロワッサンサンド 豆乳	774 664	16.8 14.2	41.5 32.1	1.9 1.2	
16	日									
17	月	むらくも汁・ちくわの磯辺揚げ たくあん・牛乳・オレンジ	ヨーグルト 小魚アーモンド	牛乳 せんべい	むらくも汁 とり釜ご飯	361 427	18.2 17.4	11.3 11.6	2.3 1.5	
18	火	まぐろカツ・青菜和え グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	ほうじ茶 バームクーヘン	ご飯 じゃがいも汁	332 424	20.7 18.4	10.2 10.0	1.4 1.6	
19	水	焼肉 スタミナナムル・メロン	ジャムバターパン 手作りドリンク	スポロン せんべい	ご飯 とろりんスープ	388 579	16.5 20.0	15.0 16.6	0.5 0.9	
20	木	ひじきの寄せ煮・厚焼き卵 きゅうり漬け・バナナ	カップケーキ 牛乳	ヨーグルト	ご飯 ナス汁	479 548	16.8 19.7	24.3 23.0	2.3 2.6	
21	金	クリームスパゲティ・ブロッコリー レバーのケチャップ煮・牛乳・オレンジ	ミルクプリン せんべい	麦茶 ビスコ	クリームスパゲティ 牛乳	557 551	20.5 16.8	23.8 23.3	0.8 0.7	
22	土	ピーナツサンド かぼちゃサラダ・牛乳・グレープフルーツ	バナナ	ヤクルト せんべい	ピーナツサンド 牛乳	568 444	13.4 11.0	21.2 13.7	0.4 0.4	
23	日									
24	月	ブロッコリーシチュー・ちくわと厚揚げ煮 牛乳・オレンジ	ヨーグルト せんべい	牛乳 バナナチップ	ブロッコリーシチュー ピラフ	466 548	22.5 21.0	13.6 13.4	1.6 1.9	
25	火	さばのみそ煮・マカロニサラダ レタス・メロン	せんべい スポロン	オレンジジュース ごまクラッカー	ご飯 かぼちゃ汁	390 538	17.1 17.7	15.0 14.1	1.2 1.5	
26	水	鶏の唐揚げ 土佐和え・オレンジ	ラスク 牛乳	ほうじ茶 バナナ	ご飯 トマトスープ	422 478	15.4 14.6	18.5 16.6	1.6 1.0	
27	木	マーボー豆腐・花型卵 きゅうり漬け・グレープフルーツ	じゃが丸くん ジョア白ぶどう	プリン	ご飯 はんぺん汁	350 480	17.2 18.4	8.4 9.8	1.7 2.1	
28	金	三色そうめん・かきあげ 牛乳・バナナ	ももゼリー せんべい	牛乳 ビスケット	三色そうめん	441 445	15.2 13.6	9.0 9.9	2.7 2.2	
29	土	ピザトースト 豆乳・オレンジ	ビスコ 野菜生活	飲むヨーグルト せんべい	ピザトースト 豆乳	534 504	15.1 12.3	16.9 12.7	1.5 1.4	
30	日									

