

平成25年7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月 | 栄養すいとん汁こんにゃくの煮物 牛乳・グレープフルーツ | ヨーグルト バナナチップ | 牛乳 せんべい | 栄養すいとん汁 こんぶご飯 | 391 | 15.9 | 7.5 | 1.6 | |
| 2火 | 生鮭のみそ焼き 春雨サラダ・メロン | クラッカー・チーズ 牛乳 | ヤクルト せんべい | ご飯 たまねぎ汁 | 371 | 18.7 | 15.3 | 1.5 | |
| 3水 | 五目納豆 かぼちゃの甘煮・オレンジ | ミニミルクリッチ 牛乳 | ヨーグルト | ご飯 ワカメスープ | 354 | 14.1 | 14.2 | 2.5 | |
| 4木 | 筑前煮・スクランブルエッグ カリコリきゅうり・バナナ | せんべい ヤクルト400 | ももゼリー | ご飯 なめこ汁 | 291 | 15.0 | 9.3 | 1.1 | |
| 5金 | おかめうどん・ちくわの磯辺揚げ とうもろこし・牛乳・グレープフルーツ | おにぎり ショア | ほうじ茶 白い風船 | おかめうどん | 607 | 24.6 | 13.9 | 3.4 | |
| 6土 | ソフトフランスパン (ジャムバター) ビーフンソテー・牛乳・メロン | プリン せんべい | 飲むヨーグルト ビスケット | ソフトフランスパン 牛乳 | 643 | 16.0 | 22.1 | 1.0 | |
| 7日 | | | | | | | | | |
| 8月 | コーンチャウダー・鶏肉の香味焼き レタス・牛乳・すいか | ヨーグルト 小魚アーモンド | 牛乳 せんべい | コーンチャウダー にんじんご飯 | 413 | 18.6 | 17.3 | 0.9 | |
| 9火 | 白身魚のマリネ風・青菜のごま和え オレンジ | せんべい ヤクルト400 | ミルクプリン | ご飯 かぼちゃ汁 | 304 | 15.4 | 7.6 | 1.2 | |
| 10水 | 花しゅうまい 温野菜・メロン | きなこ揚げパン 牛乳 | ぶどうジュース せんべい | ご飯 じゃがいも汁 | 487 | 21.7 | 23.7 | 1.1 | |
| 11木 | じゃがいものそぼろ煮・厚焼き卵 きゅうり漬け・グレープフルーツ | アイスクリーム | 麦茶 バナナ | ご飯 ナス汁 | 301 | 15.1 | 9.0 | 3.5 | |
| 12金 | ミートソーススパゲティ・とうもろこし レバーのケチャップ煮・牛乳・すいか | ビスケット 気になる野菜 | ヤクルト せんべい | ミートソース 牛乳 | 566 | 19.4 | 18.6 | 1.1 | |
| 13土 | メロンパン 牛乳・バナナ | りんごゼリー せんべい | スポロン ごまクラッカー | メロンパン 牛乳 | 515 | 11.9 | 14.7 | 0.3 | 保育 参観 |
| 14日 | | | | | | | | | |
| 15月 | | | | | | | | | |
| 16火 | 赤魚の煮魚・かぼちゃサラダ レタス・オレンジ | ヨーグルト せんべい | 豆乳 動物ビスケット | ご飯 はんぺん汁 | 328 | 16.8 | 11.3 | 1.2 | |
| 17水 | 焼肉・ミモザサラダ トマト・メロン | ピーナツパン 牛乳 | ほうじ茶 せんべい | ご飯 コーンスープ | 422 | 19.4 | 20.6 | 0.6 | |
| 18木 | 五目昆布煮・スクランブルエッグ いんげん・グレープフルーツ | ポテトのチーズ焼 ショア | りんごゼリー | ご飯 豆腐汁 | 347 | 17.8 | 17.2 | 1.9 | |
| 19金 | 冷し中華・とうもろこし カルピスフルーツ | ケーキ 牛乳 | 麦茶 バナナチップ | 冷し中華 | 456 | 15.3 | 18.0 | 1.2 | 誕生会 |
| 20土 | チョコサンド 夏野菜のココット蒸し・牛乳・オレンジ | スポロン せんべい | りんごジュース クラッカー | チョコサンド 牛乳 | 645 | 23.0 | 27.7 | 1.6 | 新潟 遠足 |
| 21日 | | | | | | | | | |
| 22月 | ココロスープ・チーズ入り笹かま揚げ カリコリきゅうり・牛乳・メロン | ヨーグルト 野菜チップ | 牛乳 せんべい | ココロスープ かぼちゃご飯 | 373 | 15.8 | 12.7 | 1.5 | |
| 23火 | 焼き魚・スパゲティサラダ レタス・オレンジ | ヤクルト400 せんべい | 麦茶 バナナ | ご飯 青菜汁 | 322 | 16.9 | 11.8 | 1.9 | |
| 24水 | ポテトコロッセ・金時豆 千切りキャベツ・すいか | 甘バターパン 牛乳 | ヨーグルト | ご飯 わかめ汁 | 454 | 17.0 | 13.8 | 2.3 | |
| 25木 | マーボーナス・花型卵 いんげん・バナナ | パンキンケーキ 牛乳 | ヤクルト リッチ | ご飯 春雨スープ | 485 | 16.9 | 21.4 | 1.7 | |
| 26金 | 焼きそば・ウィンナー ブロッコリー・牛乳・グレープフルーツ | ももゼリー せんべい | オレンジジュース せんべい | 焼きそば 牛乳 | 469 | 14.1 | 17.3 | 1.2 | |
| 27土 | サンドイッチ・豆乳 マッシュポテト・メロン | アイスクリーム | ほうじ茶 たまごボーロ | サンドイッチ 豆乳 | 521 | 18.7 | 19.7 | 1.9 | |
| 28日 | | | | | | | | | |
| 29月 | 夏野菜カレー・小女子 福神漬け・牛乳・すいか | ヨーグルト おしゃぶり昆布 | プリン | カレーライス 牛乳 | 375 | 20.7 | 9.7 | 2.2 | |
| 30火 | タラのスパイス揚げ 土佐和え・メロン | とうもろこし スポロン | 牛乳 ビスケット | ご飯 トマトスープ | 347 | 16.5 | 9.7 | 0.9 | |
| 31水 | 鶏肉のバーベキューソース・トマト スタミナナムル・オレンジ | 玄米ぱん 牛乳 | 麦茶 せんべい | ご飯 二郎玉汁 | 373 | 16.6 | 18.6 | 1.1 | |