平成25年12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 エネルギー(Kcal)	以上児 蛋白質(g)	以上児 脂肪(g)	以上児 塩分(g)	未満児 エネルギー(Kcal)	未満児 蛋白質(g)	未満児 脂肪(g)	未満児 塩分(g)	備考 行事等
1	日													
2	月	のっぺい汁・笹かまの磯辺揚げ	ヨーグルト	牛乳	のっぺい汁	300	14.7	8.9	1.1					
		牛乳・みかん	小魚アーモンド	ビスケット	鶏釜めし	454	18.1	11.3	1.2					
3	火	白身魚のホイル焼き・三色和え	ヤクルト４００	プリン	ご飯	221	11.7	4.6	0.8					
		りんご	せんべい		白菜汁	386	12.5	6.4	1.3					
4	水	煮込みハンバーグ・温野菜	玄米パン	カルピス	ご飯	389	20.0	16.2	0.5					
		オレンジ	牛乳	せんべい	なめこ汁	505	19.5	13.9	1.1					
5	木	筑前煮・スクランブルエッグ	ももゼリー	麦茶	ご飯	231	9.2	5.4	0.9					
		バナナ	せんべい	みかん	小松菜汁	375	12.4	6.2	1.3					
6	金	温そうめん・揚げだし豆腐	スイートポテト	牛乳	温そうめん	534	16.2	17.0	2.7					
		牛乳・グレープフルーツ	野菜生活	たまごボーロ		575	15.3	16.3	2.2					
7	土	エッグサンド・豆乳	バナナ	ヤクルト	エッグサンド	526	15.8	18.9	1.1					
		オレンジ		せんべい	豆乳	365	12.1	10.4	1.0					
8	日													
9	月	ブロッコリーシチュー・ちくわと厚揚げ煮	ヨーグルト	牛乳	シチュー	432	19.9	8.8	1.9					
		牛乳・りんご	せんべい	ビスケット	さつまいもご飯	635	25.6	14.4	2.1					
10	火	さばのみそ煮・かぼちゃサラダ	ドッグパン	麦茶	ご飯	473	19.7	25.2	2.4					
		みかん	牛乳	りんご	まいたけ汁	588	23.4	26.4	2.8					
11	水	チキンカツ・青菜和え	ビスコ	ぶどうジュース	ご飯	352	15.5	13.3	1.2					
		オレンジ	牛乳	せんべい	ニラ玉汁	537	17.0	13.9	1.7					
12	木	マーボー豆腐・花型卵	ジョア（いちご）	牛乳	ご飯	301	17.2	8.1	1.2					
		グレープフルーツ	せんべい	せんべい	わかめスープ	509	23.5	12.8	2.4					
13	金	ピラフのクリームソースかけ・ローストチキン	ケーキ	ヨーグルト	ピラフ	741	24.7	27.6	2.2					誕生会
		ポテトサラダ・フルーツ盛り合わせ・野菜生活	牛乳		野菜生活	617	21.7	20.3	2.5					
14	土	ソフトフランスパン・厚揚げの中華煮	プリン	スポロン	ソフトフランスパン	684	19.3	27.1	0.3					
		牛乳 ・バナナ	せんべい	クラッカー	牛乳	645	18.3	24.5	0.6					
15	日													
16	月	中華スープ・ササミ揚げ	ヨーグルト	ほうじ茶	中華スープ	319	19.0	9.4	1.7					
		牛乳・オレンジ	おしゃぶり昆布	白い風船	ピースご飯	497	24.0	14.6	1.8					
17	火	焼き魚(紅鮭）・ブロッコリーサラダ	ビスケットケーキ	牛乳	ご飯	497	15.3	16.8	0.3					
		りんご	気になる野菜	せんべい	きゃべつ汁	555	15.1	16.8	0.8					
18	水	焼肉・ビーフンソテー（えび入り）	チョコパン	ヤクルト	ご飯	311	16.1	12.6	0.8					
		グレープフルーツ	牛乳	せんべい	大根汁	447	17.0	10.8	1.4					
19	木	五目納豆・冬至かぼちゃ	手作りドリンク	麦茶	ご飯	344	13.6	9.4	2.1					
		みかん	せんべい	バナナ	たまねぎ汁	455	15.9	9.8	2.4					
20	金	焼きそば・ウインナー	スポロン	りんごジュース	焼きそば	481	14.8	17.1	1.2					
		牛乳・バナナ	せんべい	リッツ	牛乳	562	15.2	19.2	1.2					
21	土	保育発表会（アンパンマンパン・牛乳・みかん・ビスコ）												
22	日													
23	月													天皇誕生日
24	火	ししゃもの唐揚げ・土佐和え	牛乳	飲むヨーグルト	ご飯	258	12.6	6.3	1.2					
		りんご	クラッカー・チーズ	せんべい	かぶ汁	474	19.4	11.8	1.6					
25	水	ミートローフ・コールスローサラダ	フルーツヨーグルト	気になる野菜	ご飯	499	24.1	25.7	1.7					クリス
		みかん	ウエハース	クッキー	かぼちゃ汁	844	38.8	32.9	2.6					マス会
26	木	里芋の煮物・厚焼き卵	バターサンド	麦茶	ご飯	380	12.5	12.9	2.9					
		バナナ	牛乳	りんご	なす汁	503	14.6	13.4	3.2					
27	金	クリームスパゲティ・レバーの甘煮	おにぎり	プリン	クリームスパゲティ	487	18.0	12.4	2.5					
		牛乳・グレープフルーツ	ジョア（オレンジ）		牛乳	663	21.3	17.0	2.7					
28	土	ピーナツサンド・豆乳スープ	ヤクルト４００	オレンジジュース	ピーナツサンド	561	14.2	22.2	2.7					
		オレンジ	せんべい	せんべい	豆乳スープ	456	11.3	14.3	2.2					
29	日													
30	月	ウインナードックパン	りんごゼリー	麦茶	ウインナードックパン	353	5.5	8.6	0.0					
		野菜生活・みかん	せんべい	ビスケット	野菜生活	264	4.3	4.4	0.3					
31	火													