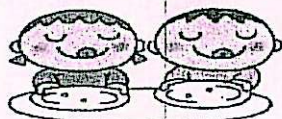




こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 4月分

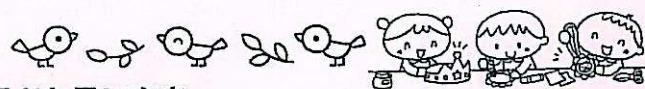


施設長	主任	担当者	

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(木)	☆入園式☆ カレーライス 小女子甘煮 牛乳 いちご	せんべい ヤクルト 400	バナナ	ご飯 牛乳	入園式	484	14.5	11.1	2.0
2(金)	野菜焼きそば ポイルウインナー 牛乳 清見みかん	手作りドーナツ 野菜生活	せんべい ヨーク	ご飯 牛乳		481	14.8	24.0	1.5
3(土)	チョコサンド 牛乳 コーンサラダ いちご	バナナ	クラッカー ヤクルト	チョコサンド 牛乳		574	13.4	26.0	0.9
4(日)									
5(月)	卵のとろりんスープ 竹輪のカレー風味 揚げ 清見みかん スポロン	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	動物ビスケット 牛乳	ご飯 豚肉そぼろ		311	14.3	8.6	1.8
6(火)	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳 いちご	せんべい ミルミル	ももゼリー	ご飯 牛乳		372	12.9	10.7	2.0
7(水)	焼き肉 ピーフンソテー バナナ ほうじ茶	おやつパン(甘バター) 牛乳	プレーンヨーグルト	ご飯 わかめ汁		371	15.9	15.6	1.2
8(木)	五目ひじき煮 厚焼き卵 オレンジ ほうじ茶	ビスコ 牛乳	せんべい ヨーク	ご飯 キャベツ汁		359	15.0	19.7	1.0
9(金)	ミートソーススパゲティ レバーの甘辛煮 牛乳 グレープフルーツ	焼き芋 ジョア(ブルーベリー)	アスパラガス スポロン	ご飯 牛乳		456	17.9	9.5	0.9
10(土)	ピザトースト 豆乳 プルーン いちご	りんごゼリー せんべい	ビスケット 牛乳	ピザトースト 豆乳		628	17.7	19.8	1.9
11(日)									
12(月)	キャベツとコーンシチュー 竹輪とこんにゃくの煮物 グレープフルーツ	手作りドリンクヨーグルト 食べる小魚	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 二色納豆		291	15.6	8.5	2.3
13(火)	焼き魚 マセドアンサラダ 金時煮豆 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	せんべい ヨーク	ご飯 青菜汁		403	17.3	16.1	0.9
14(水)	鶏肉の唐揚げ 土佐和え いちご ほうじ茶	せんべい ジョア(いちご)	動物ビスケット 牛乳	ご飯 豆腐汁		334	15.7	10.6	1.2
15(木)	切り干し大根入り肉じゃが煮 半月卵 バナナ ほうじ茶	クラッカー チーズ牛乳	ピーチヨーグルト	ご飯 ニラ汁		351	15.0	13.4	1.4
16(金)	誕生会★ しらす香りご飯 まぐろの竜田揚げ 春キャベツ和え えのき汁 苺 ヤクルト★	アイスクリーム	ビスケット 牛乳	お誕生会		406	17.8	9.4	1.8
17(土)	ピーナツサンド 牛乳 ミートソースグラタン バナナ	せんべい ヤクルト 400	クラッカー スポロン	ピーナツサンド 牛乳		585	20.7	12.8	2.6
18(日)									
19(月)	根菜たっぷり汁 鶏肉の照り焼き オレンジ	フルーツヨーグルト おしゃぶり昆布	アスパラガス 牛乳	ご飯 青菜和え		299	17.0	12.4	2.5
20(火)	たらの磯辺揚げ 青菜の胡麻和え いちご ほうじ茶	おやつパン(チョコ) 牛乳	バナナ	ご飯 わかめ汁		287	14.7	12.9	0.8
21(水)	五目納豆 さつまいものバター煮 バナナ ほうじ茶	牛乳プリン せんべい	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 青菜汁		364	13.0	7.8	1.4
22(木)	五目昆布煮 ス克蘭ブルエッグ オレンジ ほうじ茶	Caせんべい 牛乳	クラッカー ヤクルト	ご飯 きのこ汁		295	13.6	12.4	1.7
23(金)	きつねうどん 笹かま揚げ 牛乳 いちご	ゆかりおにぎり ジョア(プレーン)	りんごゼリー	きつねうどん 牛乳		442	15.5	11.5	0.5
24(土)	春の合同遠足								
25(日)									
26(月)	シュリンプカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	手作りヨーグルト 食べる小魚	せんべい ヨーク	ご飯 牛乳		320	22.2	9.9	2.0
27(火)	焼き魚 アスパラサラダ バナナ ほうじ茶	マヨネーズパン 牛乳	なかよしプリン	ご飯 キャベツ汁		457	17.8	26.3	1.2
28(水)	いが蒸し肉団子 温野菜 いちご ほうじ茶	せんべい ヤクルト 400	ビスケット 牛乳	ご飯 ニラ汁		314	13.1	8.1	1.3
29(木)	昭和の日								
30(金)	温そうめん 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 オレンジ	ももゼリー せんべい	麩菓子 スポロン	温そうめん 牛乳		345	14.1	11.6	1.3



入園・進級おめでとうございます！



今月は新しい先生、お友達、お部屋にワクワク、ドキドキの毎日だと思います。新しい環境に慣れるまでは心身共に疲れやすくなると思いますので、ご家庭であたたかく見守ってあげてください。また、乳幼児期は、心身共にぐんぐん成長する時期です。この時期の子ども達にとって毎日を元気に過ごすには、『よく遊び(運動)』『よく食べ(食欲)』『よく眠る(休養)』ことが大事です。生活時間にゆとりを持ち、朝食をしっかり食べることを心がけて下さい。私たち担当者も美味しさの中に、必要な栄養を満たした給食作りと、【食】に興味を持ってもらえるよう、子ども達と接していきたいと思ひます。宜しくお願ひ致します。

★土曜日も副食がありますので、3歳以上児はお箸を持たせてください。



* 材料の都合により献立を変更する場合があります。

