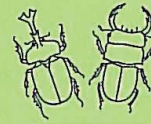




こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 8月分



施設長	主任	担当番	

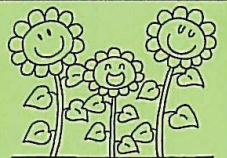
日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(日)									
2(月)	夏野菜シチュー 凍豆腐とさつまあげの煮物 グレープフルーツ	ももゼリー せんべい	麩菓子 牛乳	ご飯 オクラ納豆		364	16.8	9.6	2.4
3(火)	さんまの甘煮 スパゲティサラダ オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ) 牛乳	せんべい スポロン	ご飯 なす汁		385	14.6	21.1	1.4
4(水)	ミラノ風チキンカツ 温野菜 スイカ ほうじ茶	枝豆 牛乳	アスパラガス ヨーク	ご飯 若布汁		287	18.7	12.5	1.1
5(木)	夏野菜の煮物 半月卵 バナナ ほうじ茶	手作りヨーグルト 食べる小魚	ビスコ 牛乳	ご飯 オクラ汁		288	17.1	8.0	1.0
6(金)	ジャージャーメン 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 メロン	せんべい ジョア(ブルーベリー)	バナナ	ジャージャーメン 牛乳		476	22.1	14.1	3.4
7(土)	ソフトフランスジャム&マーガリン 牛乳と ころてんサラダ オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	ソフトフランスパン 牛乳	夏祭り	438	13.6	12.3	1.3
8(日)									
9(月)	中華スープ 鶏肉のささみ揚げ スイカ	プレーンヨーグルト せんべい	動物ビスケット 牛乳	ご飯 きゅうり漬		324	16.2	9.0	1.1
10(火)	焼き魚 新じゃがサラダ バナナ ほうじ茶	おやつパン(甘バター) 牛乳	せんべい ヨーク	ご飯 ニラ汁		354	15.4	15.5	0.7
11(水)	焼き肉 エビ入りビーフソテー メロン ほうじ茶	とうもろこし 野菜生活	アスパラガス 牛乳	ご飯 キャベツ汁		288	13.9	11.2	1.1
12(木)	切り干し大根の煮物 ス克蘭ブルエッグ オレンジ ほうじ茶	せんべい 牛乳	りんごゼリー	ご飯 海藻汁		331	14.6	14.2	1.2
13(金)	肉味噌スパゲティ ボイルウインナー 牛乳 グレープフルーツ	アイスクリーム	せんべい ヨーク	ご飯 牛乳		430	18.1	24.6	1.9
14(土)	焼きそば 冷やしトマト 牛乳 オレンジ	せんべい ヤクルト400	クラッカー スポロン	焼きそば 牛乳		412	14.2	11.8	0.7
15(日)									
16(月)	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 スイカ	ドリンクヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		300	14.2	11.3	2.0
17(火)	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ バナナ ほうじ茶	おやつパン(セサミ) 牛乳	ミニプリン	ご飯 豆腐汁		395	16.6	17.4	1.7
18(水)	五目納豆 さつまいも甘煮 グレープフルーツ ほうじ茶	せんべい ジョア(苺)	麩菓子 牛乳	ご飯 なす汁		343	14.6	7.5	1.3
19(木)	大豆入りひじき煮 厚焼き卵 メロン ほうじ茶	ビスコ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 オクラ汁		397	16.9	21.0	1.1
20(金)	お誕生会☆ サラダうどん 鶏肉の照り焼き 野菜生活 スイカ☆	お星さまパフェ	クッキー 牛乳	お楽しみ献立		371	13.7	12.3	2.3
21(土)	エッグサンド 豆乳 ブルーン オレンジ	なかよしプリン せんべい	バナナ	エッグサンド 豆乳		619	16.3	23.3	1.4
22(日)									
23(月)	コーンチャウダー 竹輪とこんにゃくの煮物 グレープフルーツ	りんごゼリー せんべい	ビスケット 牛乳	ご飯 冬瓜けんちん		319	10.5	8.4	2.6
24(火)	白身魚のカレー天ぷら 三色和え メロン ほうじ茶	枝豆 牛乳	ピーチヨーグルト	ご飯 ニラ汁		257	16.7	10.9	0.7
25(水)	ミートボール キャベツ和え スイカ ほうじ茶	手作りヨーグルト 食べる小魚	動物ビスケット 牛乳	ご飯 青菜汁		264	17.0	8.8	1.7
26(木)	五目金平 半月卵 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	バナナ	ご飯 じゃが芋汁		279	12.6	11.8	0.9
27(金)	野菜焼きそば ボイルウインナー 牛乳 バナナ	アイスクリーム	せんべい ヨーク	ご飯 牛乳		439	13.9	23.3	0.9
28(土)	ピーナツサンド 牛乳 コーンサラダ オレンジ	バナナ	クラッカー ヤクルト	ピーナツサンド 牛乳		506	15.8	17.4	1.6
29(日)									
30(月)	チキンとトマトのカレー 小女子甘煮 牛乳 スイカ	ドリンクヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい スポロン	ご飯 牛乳		300	15.3	11.4	2.1
31(火)	まぐろの照焼き 春雨サラダ 金時煮豆 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(チョコ) 牛乳	ももゼリー	ご飯 豆腐汁		370	17.2	16.7	1.3

暑中お見舞い申し上げます！

夏野菜！見て・触れて



食卓にだす前に、野菜に触れてみたり、調理のお手伝いをさせると、子どもたちも野菜に興味をもったり、美味しく感じたりすることができます。



おいしく 食べよう

とうもろこしの皮をむいてみよう！

皮付きとうもろこしは、ひげがあったり、皮をむく楽しさがあります。触れてみることで、子どもたちも色々な事を発見することができます。

枝豆をとってみよう！

枝付きの枝豆を用意して、枝からとってみましょう。1つの枝にはどれくらいついているか教えてみてみましょう。

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。



門田報徳保育園