



こんげつの よてい こんだてひょう



平成22年 12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(水)	ミートボール 三色和え バナナ ほうじ茶	焼き芋 ジョア(プレーン)	麩菓子 牛乳	ご飯 わかめ汁		416	16.1	9.1	1.3
2(木)	酢豚 半月卵 みかん ほうじ茶	ビスケット 牛乳	せんべい ヨーク	ご飯 なめこ汁		329	12.9	12.6	1.2
3(金)	スパゲティナポリタン レバーの甘辛煮 牛乳 りんご	鉄ももゼリー せんべい	バナナ	ご飯 牛乳		353	13.4	8.0	1.1
4(土)	保育発表会『おみやげパン 牛乳 みかん』 		せんべい ヤクルト	おみやげパン	保育発表会	522	15.9	20.2	1.2
5(日)									
6(月)	中華スープ 鶏肉のさっぱり煮 スウィーティ	プレーンヨーグルト せんべい	Caウエハース 牛乳	ご飯 青菜和え		277	11.3	9.7	0.8
7(火)	さけのみぞれ焼き 青菜あえ みかん ほうじ茶	ピザトースト 牛乳	動物ビスケット スポンジ	ご飯 きのこと汁		313	18.7	12.8	1.8
8(水)	鶏肉のからあげ 土佐和え オレンジ ほうじ茶	クラッカー チーズ ヤクルト400	玉子ポロロ 牛乳	ご飯 大根汁		322	12.1	12.1	1.5
9(木)	きんぴらごぼう 厚焼き卵 バナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	なかよしプリン	ご飯 白菜汁		352	13.5	12.6	1.1
10(金)	お誕生会★ ちらし寿司 ぶりの照り焼き 青菜和え すまし汁 みかん ヤクルト	アイスクリーム	ビスコ 牛乳	お楽しみ献立		479	18.6	17.3	1.1
11(土)	甘バターサンド 牛乳 カラフルサラダ オレンジ	バナナ	せんべい ヨーク	甘バターサンド 牛乳		554	16.0	21.0	1.1
12(日)									
13(月)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 スウィーティ	手作りヨーグルト 干し芋	クラッカー スポンジ	ご飯 牛乳		312	15.4	10.8	2.0
14(火)	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ りんご ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 かぶ汁		359	15.6	18.5	1.4
15(水)	ハムカツ キャベツ和え みかん ほうじ茶	ミルクプリン せんべい	Feウエハース 牛乳	ご飯 わかめ汁		314	12.5	8.1	1.8
16(木)	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ スウィーティ ほうじ茶	カップケーキ 牛乳	せんべい スポンジ	ご飯 なめこ汁		402	18.1	19.3	1.2
17(金)	おかず焼きそば ポイルウインナー 牛乳 オレンジ	せんべい ジョア(ゆず)	ももゼリー	ご飯 牛乳		402	16.8	16.9	1.0
18(土)	クロワッサンサンド 豆乳 プルーン みかん	せんべい 野菜生活	バナナ	クロワッサンサンド 豆乳		633	14.0	28.1	2.1
19(日)									
20(月)	栄養すいとん汁 チーズ笹かま揚げ バナナの煮物 バナナ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	麩菓子 牛乳	ご飯 漬け物		332	12.7	10.0	0.9
21(火)	たらこのバーベキューソース ポイル野菜 みかん ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ) 牛乳	アロエヨーグルト	ご飯 白菜汁		273	15.5	8.3	1.3
22(水)	五目納豆 冬至かぼちゃ りんご ほうじ茶	ゆかりおにぎり 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 青菜汁	冬至	427	17.0	10.3	1.5
23(木)	天皇誕生日								
24(金)	ローストチキン マッシュサラダ 卵のとりりんスープ みかん	りんごゼリー せんべい(クリスマスケーキ)	ビスコ 牛乳	ご飯 卵のとりりんスープ	クリスマス会	434	15.0	20.5	1.5
25(土)	チョコサンド 牛乳 春雨ソテー オレンジ	クラッカー ヤクルト400	バナナ	チョコサンド 牛乳		590	15.4	21.4	1.5
26(日)									
27(月)	冬野菜シチュー さつまあげとこんにやくの煮物 バナナ	せんべい 牛乳	元気ヨーグルト	ご飯 きのこと納豆		398	13.1	6.9	2.7
28(火)	焼き魚 ごぼうサラダ 金時煮豆 みかん ほうじ茶	おやつパン(パンプキン) 牛乳	せんべい ヨーク	ご飯 かぶ汁		396	19.9	18.2	0.9
29(水)	焼き肉 エビ入りビーフンソテー りんご ほうじ茶	手作りヨーグルト 食べる小魚	ビスコ 牛乳	ご飯 さつま芋汁		297	21.5	11.8	1.2
30(木)	おみやげパン 牛乳 みかん		せんべい ヤクルト			399	10.9	17.2	0.6
31(金)					大晦日				

家族団らんの食卓で 体も心もぽっかぽっか



家族みんなでおしゃべりしながら、
家族みんなでおしゃべりしながら、
体も心も温かくする力があります。

1年をふりかえって

お子さんは家庭で、どのくらいこの言葉を口にしていたでしょう。これらは、食べ物への感謝などをあらわす言葉です。来年もこの言葉を欠かさない食卓にしましょう。

いただきます!

ごちそうさま!

おいしかったね!



* 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