



こんげつの よてい こんだてひょう

平成23年 7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(金)	五目焼きうどん ポイルウインナー 牛乳 メロン	せんべい スポン	ピーチヨーグルト	ご飯 牛乳		377	12.5	13.8	0.9
2(土)	甘バターサンド 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	甘バターサンド 牛乳		496	18.6	17.5	0.8
3(日)									
4(月)	コーンシチュー 竹輪と凍み豆腐の含め煮 バナナ	ドリンクヨーグルト おしゃぶり昆布	Feウエハース 牛乳	ご飯 ぶたそぼろ		302	13.2	9.8	2.7
5(火)	さばの味噌煮 アスパラサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	手作りドーナツ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 栄養麩汁		477	17.4	25.4	1.3
6(水)	照焼チキン 温野菜 バナナ ほうじ茶	プリン せんべい	麩菓子 牛乳	ご飯 じゃが芋汁		337	16.0	12.1	1.2
7(木)	五目納豆 さつま芋のバター煮 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ) 牛乳	せんべい スポン	ご飯 豆腐汁		329	14.0	10.8	1.2
8(金)	麻婆そうめん 天ぷら(なす・ポテト) 牛乳 スイカ	せんべい ジョア(プレーン)	バナナ	麻婆そうめん 牛乳		454	16.2	13.5	1.6
9(土)	スタミナカレーライス 小女子甘煮 牛乳 メロン		せんべい ヤクルト	カレーライス 牛乳	保育参観	441	16.4	14.1	1.7
10(日)									
11(月)	ココロスープ 笹かまと厚揚げの煮物 バナナ	手作りヨーグルト 食べる小魚	アスパラガス 牛乳	ご飯 コーンソテー		302	14.8	7.5	1.5
12(火)	焼き魚 カラフルサラダ 金時煮豆 キウイ ほうじ茶	おやつパン(玄米パン) 牛乳	せんべい スポン	ご飯 かき玉汁		405	17.3	15.8	0.8
13(水)	ハムカツ 三色和え スイカ ほうじ茶	せんべい ヤクルト 400	ビスケット 牛乳	ご飯 なす汁		312	11.8	7.3	1.9
14(木)	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ オレンジ ほうじ茶	ビスコ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 豆腐汁		318	12.3	18.1	0.9
15(金)	お誕生会 ☆サラダうどん 鶏手羽煮 牛乳 スイカ☆	ミニパフェ	りんごゼリー	お楽しみ献立	お誕生会	534	22.5	20.4	3.1
16(土)	ピザトースト 豆乳 乾ブルーん オレンジ	バナナ	せんべい 牛乳	ピザトースト バナナ豆乳		498	15.3	15.2	1.4
17(日)									
18(月)	海の日								
19(火)	焼き肉 ビーフソテー メロン ほうじ茶	フレンチトースト 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 小松菜汁		375	15.8	15.9	1.1
20(水)	さんまの甘煮 マカロニサラダ オレンジ ほうじ茶	ドリンクヨーグルト おしゃぶり昆布	麩菓子 牛乳	ご飯 なす汁		278	11.7	17.8	1.4
21(木)	肉じゃが 玉子焼き グレープフルーツ ほうじ茶	ビスケット 牛乳	せんべい スポン	ご飯 ニラ汁		351	12.7	13.9	0.8
22(金)	夏野菜スパゲティレバーの甘煮 牛乳 スイカ	アイスクリーム	バナナ	ご飯 牛乳	年長児新潟通足	345	12.2	16.1	0.6
23(土)	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) レタソテー 牛乳 バナナ	クラッカー ジョア(いちご)	ミルクプリン	ジャム&マーガリンパン 牛乳		574	18.4	16.3	1.5
24(日)									
25(月)	なすとトマトのカレー 小女子甘煮 牛乳 バナナ	手作りヨーグルト 食べる小魚	Caウエハース スポン	カレーライス 牛乳		341	17.7	9.8	1.7
26(火)	ししゃもの香り揚げ 土佐和え スイカ ほうじ茶	ラスク 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 なす汁		294	12.3	14.8	1.1
27(水)	煮込みハンバーグ キャベツソテー キウイ ほうじ茶	せんべい チーズ ヤクルト400	ビスコ 牛乳	ご飯 豆腐汁		355	16.2	8.9	1.8
28(木)	麻婆なす 半月卵 グレープフルーツ ほうじ茶	とうもろこし 牛乳	バナナ	ご飯 若布汁	年長児サマーキャンプ	269	12.8	12.6	1.1
29(金)	おかず焼きそば ポイルウインナー 牛乳 オレンジ	アイスクリーム	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳	"	370	11.8	22.5	0.7
30(土)	チョコサンド とろりん中華スープ バナナ	せんべい 牛乳	ぶどうゼリー	チョコサンド 中華スープ		439	10.6	15.3	1.5
31(日)									



【今月の給食目標】

野菜に触れて、
味わってみよう。



野菜ジュース=野菜ではありません!

近年、いろいろな野菜ジュースが店に並んでいます。手軽に栄養がとれるのが魅力ですが、野菜の栄養成分すべてが入っているわけではありません。

野菜そのものからしかとれない栄養成分もあるので、ジュースだけに頼らず、野菜もしっかり食べましょう。

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。