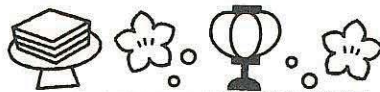
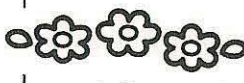


平成29年3月 献立表



3歳未満児

門田報徳保育園

日 曜	献立名			栄養価	食塩相当量	行事
	朝間	昼食	昼間			
1 水	せんべい スポロン	たらのスパイス揚げ 青菜和え はっさく ご飯 白菜汁	フルーツサンド 牛乳	エネルギー: 510kcal タンパク: 17.3g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 1.3g	
2 木	クラッカー ヤクルト	五色煮 半月卵 オレンジ ご飯 若布汁	せんべい 牛乳	エネルギー: 431kcal タンパク: 17.7g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 1.8g	
3 金	バナナ	温そうめん 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 いちご	ひなあられ 野菜生活 (ひなケーキ)	エネルギー: 362kcal タンパク: 15.8g 脂質: 11.5g	食塩相当量: 1.2g	ひな祭り
4 土	マリービスケット 牛乳	ハンバーガー バナナ豆乳 プルーン みかん	ミルクプリン せんべい	エネルギー: 680kcal タンパク: 25.2g 脂質: 21.9g	食塩相当量: 1.8g	
5 日						
6 月	Feウエハース 牛乳	ワンタンスープ 揚げ出し豆腐 みかん ご飯 きゃべつソテー	ソファール(プレーン) 干し芋	エネルギー: 481kcal タンパク: 17g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 1.2g	
7 火	クラッカー ヤクルト	鶏のから揚げ 青菜のごま和え バナナ ご飯 豆腐汁	せんべい スポロン	エネルギー: 473kcal タンパク: 14.5g 脂質: 11.9g	食塩相当量: 1.5g	
8 水	ビスコ スポロン	焼き魚(鮭) かぼちゃサラダ オレンジ ご飯 若布汁	カップケーキ 牛乳	エネルギー: 650kcal タンパク: 21.9g 脂質: 29.1g	食塩相当量: 1.5g	
9 木	せんべい ヤクルト	ひじきの寄せ煮 ツナキッシュ いよかん ご飯 栄養麩汁	甘バターパン 牛乳	エネルギー: 473kcal タンパク: 19.9g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.8g	
10 金	麩菓子 牛乳	赤飯 こづゆ 親子煮 いちご ヤクルト400	なかよしプリン	エネルギー: 623kcal タンパク: 25.7g 脂質: 20.7g	食塩相当量: 1.5g	お誕生会
11 土	バナナ	チョコサンド 八宝菜 牛乳 オレンジ	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 406kcal タンパク: 11.4g 脂質: 11.4g	食塩相当量: 0.7g	
12 日						
13 月	せんべい ヤクルト	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 ご飯 いよかん	ソファール(ストロベリー) クラッカー	エネルギー: 478kcal タンパク: 17.6g 脂質: 12.2g	食塩相当量: 1.2g	
14 火	Caウエハース 牛乳	ミートボール 温野菜 バナナ ご飯 白菜汁	せんべい ジョア	エネルギー: 600kcal タンパク: 27.2g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 2.3g	
15 水	せんべい ヤクルト	ぶり照り焼き ポテトサラダ オレンジ ご飯 若布汁	フレンチトースト 牛乳	エネルギー: 562kcal タンパク: 21.5g 脂質: 22.6g	食塩相当量: 2g	
16 木	バナナ	きんぴらごぼう かぼちゃキッシュ はっさく ご飯 栄養麩汁	ビスコ 牛乳	エネルギー: 447kcal タンパク: 15.5g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 1.2g	
17 金	ぶどうゼリー	トマトクリームスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 バナナ ご飯	せんべい 気になる野菜	エネルギー: 498kcal タンパク: 13.1g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1g	
18 土	せんべい	アンパンマンパン 牛乳200 みかん		エネルギー: 460kcal タンパク: 12.1g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 0.8g	卒園式
19 日						
20 月	春分の日					
21 火	せんべい ヤクルト	焼肉 ビーフソテー オレンジ ご飯 若布汁	メロンパン 牛乳	エネルギー: 463kcal タンパク: 18.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.5g	
22 水	せんべい スポロン	五目納豆 大学芋 いちご ご飯 栄養麩汁	マリービスケット 牛乳	エネルギー: 493kcal タンパク: 17.7g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.9g	お別れ昼食会
23 木	麩菓子 牛乳	切り干し大根の煮物 半月卵 バナナ ご飯 ニラ汁	焼き芋 麦茶	エネルギー: 478kcal タンパク: 15.6g 脂質: 13.4g	食塩相当量: 0.7g	
24 金	元気ヨーグルト	焼きそば ボイルウインナー 牛乳 いよかん ご飯	クラッカー チーズ ジョア (プレーン)	エネルギー: 590kcal タンパク: 25.3g 脂質: 22g	食塩相当量: 1.4g	
25 土	せんべい ヤクルト	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) イタリアンスープ 牛乳 オレンジ	バナナ	エネルギー: 378kcal タンパク: 11g 脂質: 11.8g	食塩相当量: 1.3g	
26 日						
27 月	せんべい 牛乳	春キャベツシチュー 竹輪と高野豆腐の煮物 オレンジ ご飯 ボイル野菜	ソファール(プレーン) バナナ	エネルギー: 514kcal タンパク: 21g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.8g	
28 火	Feウエハース 牛乳	照り焼きチキン マセドアンサラダ バナナ ご飯 豆腐汁	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 550kcal タンパク: 17.7g 脂質: 20.6g	食塩相当量: 1.7g	
29 水	せんべい ヤクルト	カレイの煮付け マカロニサラダ グレープフルーツ ご飯 若布汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 516kcal タンパク: 21.1g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.7g	
30 木	ビスコ 牛乳	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ バナナ ご飯 ニラ汁	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 515kcal タンパク: 16.9g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.2g	
31 金	バナナ	焼きうどん 笹かま揚げ 牛乳 いちご ご飯	せんべい ミルミル	エネルギー: 411kcal タンパク: 14.2g 脂質: 11.1g	食塩相当量: 1.1g	



【今月の食育目標】 みんなで楽しく食事をしよう。

