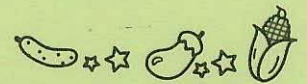


平成28年8月 献立表



3歳未満児



門田報徳保育園

日曜	献立名			栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間		
1月	動物ビスケット 牛乳	コーンチャウダー ポークチャップ グリーンサラダ ぶどう ご飯	手作りヨーグルト クラッカー	エネルギー: 597kcal タンパク: 21.7g 脂質: 21.9g	食塩相当量: 1.8g
2火	玉子ポーロ 牛乳	鶏のから揚げ 土佐和え オレンジ ご飯 なす汁	せんべい スポロン	エネルギー: 463kcal タンパク: 15g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.2g
3水	せんべい ヤクルト	さばの味噌煮 ところてんサラダ メロン ご飯 オクラ汁	チョコパン 牛乳	エネルギー: 404kcal タンパク: 15.9g 脂質: 10.8g	食塩相当量: 1.6g
4木	アスパラガス 牛乳	冬瓜入り酢豚 半月卵 ゴールデンキウイ ご飯 小松菜汁	アイス	エネルギー: 578kcal タンパク: 17.5g 脂質: 25g	食塩相当量: 1.7g
5金	クラッカー スポロン	七夕そうめん なすと豚肉のみそ炒め 牛乳 パナナ	じゃが丸くん 野菜生活	エネルギー: 504kcal タンパク: 15.8g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 2.3g
6土	りんごゼリー	セサミパン 冬瓜スープ 牛乳 スイカ	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 424kcal タンパク: 11.5g 脂質: 12.2g	夏まつり
7日					
8月	麩菓子 牛乳	野菜たっぷり春雨スープ 鶏肉のさっぱり煮 パナナ ご飯 コーンソテー	ドリンクヨーグルト せんべい	エネルギー: 467kcal タンパク: 19.8g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.2g
9火	バナナ	蒸し団子 温野菜 メロン ご飯 若布汁	枝豆 牛乳	エネルギー: 474kcal タンパク: 21.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.3g
10水	せんべい ヤクルト	五目納豆 さつま芋のバター煮 スイカ ご飯 ニラ汁	クリームパン 牛乳	エネルギー: 477kcal タンパク: 17.8g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.1g
11木	山の日				
12金	元気ヨーグルト	トマトクリームスパゲティ レバーの甘煮 牛乳 ぶどう	クラッカー チーズ ジョア (ピーチ)	エネルギー: 586kcal タンパク: 26.5g 脂質: 21.8g	食塩相当量: 1.5g
13土	リッツ スポロン	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) コンソメスープ 牛乳 オレンジ	ぶどうゼリー せんべい	エネルギー: 583kcal タンパク: 14.8g 脂質: 13g	食塩相当量: 2.3g
14日					
15月	せんべい ヤクルト	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	ソフール(プレーン) クラッカー	エネルギー: 552kcal タンパク: 18.7g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.4g
16火	ビスコ 牛乳	松風焼き きゃべつソテー パナナ ご飯 オクラ汁	アイス	エネルギー: 589kcal タンパク: 21.6g 脂質: 25.2g	食塩相当量: 1.3g
17水	せんべい スポロン	ブリの照り焼き スパゲティサラダ オレンジ ご飯 なす汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 494kcal タンパク: 16.2g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 1.2g
18木	バナナ	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ スイカ ご飯 栄養麩汁	せんべい 牛乳	エネルギー: 420kcal タンパク: 15.7g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 1.1g
19金	ミルクプリン	肉みそうどん 塩昆布漬け 牛乳 ゴールデンキウイ	とうもろこし ヤクルト400	エネルギー: 366kcal タンパク: 14.3g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 1.9g
20土	せんべい ヤクルト	甘バターサンド チンジャオオロース 牛乳 パナナ	ビスコ 野菜生活	エネルギー: 476kcal タンパク: 14.8g 脂質: 17.6g	食塩相当量: 1.2g
21日					
22月	クラッカー 牛乳	トマトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 パナナ ご飯 青菜和え	手作りヨーグルト せんべい	エネルギー: 534kcal タンパク: 20.5g 脂質: 12.4g	食塩相当量: 1.7g
23火	バナナ	ローストチキン ナムル スイカ ご飯 わかめ汁	枝豆 牛乳	エネルギー: 416kcal タンパク: 25.9g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.2g
24水	せんべい ヤクルト	カレーの煮つけ マセドアンサラダ パナナ ご飯 きゃべつ汁	メロンパン 牛乳	エネルギー: 704kcal タンパク: 24.5g 脂質: 19.9g	食塩相当量: 1.5g
25木	ビスコ 牛乳	豚おろしそうめん カラフルサラダ フルーツジュース メロン	お星さまパフェ	エネルギー: 568kcal タンパク: 15.6g 脂質: 26.8g	食塩相当量: 2.5g お誕生会
26金	麩菓子 牛乳	焼肉 ビーフソテー オレンジ ご飯 小松菜汁	せんべい スポロン	エネルギー: 456kcal タンパク: 17.5g 脂質: 12.4g	食塩相当量: 1.4g
27土	せんべい ヤクルト	ウインナードッグパン 豆乳 プレーン ゴールデンキウイ	バナナ	エネルギー: 561kcal タンパク: 17.9g 脂質: 11g	食塩相当量: 1.3g
28日					
29月	マリービスケット 牛乳	豚汁 まさご揚げ ぶどう ご飯 きゃべつ和え	ドリンクヨーグルト パナナ	エネルギー: 626kcal タンパク: 25.3g 脂質: 20.5g	食塩相当量: 2.3g
30火	動物ビスケット 牛乳	磯辺つくね焼き ポテトサラダ オレンジ ご飯 ニラ玉汁	せんべい ジョア (マスカット)	エネルギー: 557kcal タンパク: 27g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 1.9g
31水	せんべい ヤクルト	たらのスパイス揚げ 青菜和え パナナ ご飯 なす汁	焼きそばパン 牛乳	エネルギー: 564kcal タンパク: 17.9g 脂質: 13.3g	食塩相当量: 1.6g



今月の食育目標

暑くてもなんでも食べよう

