



平成29年4月 献立表

3歳以上児 門田報徳保育園

日 曜	献立名		栄養価	食塩相当量	行事
	昼食	昼間			
1 土	クロワッサン ミートグラタン 牛乳200 いちご	せんべい 野菜生活	エネルギー: 717kcal タンパク: 20.7g 脂質: 34.9g	食塩相当量: 2.3g	入園式
2 日					
3 月	たんぼぼシチュー 手羽元のさっぱり煮 オレンジ	ソファール(プレーン) 食べる小魚	エネルギー: 383kcal タンパク: 21.7g 脂質: 15.4g	食塩相当量: 1.2g	
4 火	煮込みハンバーグ 温野菜 いちご ほうじ茶	せんべい スポロン	エネルギー: 312kcal タンパク: 13.9g 脂質: 8.4g	食塩相当量: 1.4g	
5 水	まぐろの照り焼き 青菜のごま和え バナナ ほうじ茶	フレンチトースト 牛乳	エネルギー: 288kcal タンパク: 18.8g 脂質: 7.9g	食塩相当量: 1.1g	
6 木	じゃが芋のひき肉煮 ス克蘭ブルエッグ グレープフルーツ ほうじ茶	手作りドーナツ 牛乳	エネルギー: 410kcal タンパク: 16.2g 脂質: 17.2g	食塩相当量: 0.8g	
7 金	焼きそば ボイルウインナー 牛乳 いちご	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 378kcal タンパク: 12.9g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 1.3g	
8 土	甘バターサンド 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 オレンジ	バナナ	エネルギー: 461kcal タンパク: 15g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.7g	
9 日					
10 月	肉団子スープ 竹輪とこんにゃくの煮物 バナナ	ソファール(ストロベリー) おしゃぶり昆布	エネルギー: 250kcal タンパク: 14.4g 脂質: 3.7g	食塩相当量: 1.5g	
11 火	鶏のから揚げ 青菜和え オレンジ ほうじ茶	せんべい ミルミル	エネルギー: 343kcal タンパク: 17.4g 脂質: 13g	食塩相当量: 0.7g	
12 水	焼き魚(鮭) 和風ポテサラ いちご ほうじ茶	クリームパン 牛乳	エネルギー: 350kcal タンパク: 18.6g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1g	
13 木	五目ひじき煮 かぼちゃのキッシュ グレープフルーツ ほうじ茶	ビスコ 牛乳	エネルギー: 353kcal タンパク: 14.1g 脂質: 19.5g	食塩相当量: 1g	
14 金	アスパラとトマトのスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	焼き芋 野菜生活	エネルギー: 383kcal タンパク: 13.8g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 2.1g	
15 土	ピザトースト 豆乳 ブルーン いちご	ぶどうゼリー せんべい	エネルギー: 618kcal タンパク: 19.1g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.5g	
16 日					
17 月	豚汁 笹かま揚げ グレープフルーツ	ソファール(プレーン) 食べる小魚	エネルギー: 305kcal タンパク: 15.1g 脂質: 10.4g	食塩相当量: 1.6g	
18 火	焼肉 ビーフンソテー バナナ ほうじ茶	カップケーキ 牛乳	エネルギー: 461kcal タンパク: 19.2g 脂質: 24.2g	食塩相当量: 0.8g	
19 水	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ オレンジ ほうじ茶	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 482kcal タンパク: 21.2g 脂質: 24g	食塩相当量: 1.7g	
20 木	マーボー豆腐 半月卵 ゴールデンキウイ ほうじ茶	クラッカー チーズ ジョア(ストロベリー)	エネルギー: 337kcal タンパク: 18.1g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.4g	
21 金	カルシウムたっぷりご飯 松風焼き マッシュサラダ いちご 若布汁	デコレーションアイス	エネルギー: 527kcal タンパク: 20.3g 脂質: 22.3g	食塩相当量: 2.1g	お誕生会
22 土	ソフトフランス(あんバター) ころころスープ 牛乳 バナナ	せんべい フルーツジュース	エネルギー: 563kcal タンパク: 15.6g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 2.2g	
23 日					
24 月	チキンカレー 小女子甘煮 牛乳 バナナ	ソファール(ストロベリー) おしゃぶり昆布	エネルギー: 343kcal タンパク: 14.7g 脂質: 10.3g	食塩相当量: 1.4g	
25 火	煮込みヒレカツ きゃべつ和え グレープフルーツ ほうじ茶	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 320kcal タンパク: 15.2g 脂質: 6.1g	食塩相当量: 2.4g	
26 水	赤魚の煮付け マカロニサラダ バナナ ほうじ茶	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 牛乳	エネルギー: 435kcal タンパク: 16.1g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 1.3g	
27 木	五目納豆 さつま芋のバター煮 グレープフルーツ ほうじ茶	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 341kcal タンパク: 11g 脂質: 8.9g	食塩相当量: 1g	
28 金	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 オレンジ	チーズおにぎり ジョア(プレーン)	エネルギー: 616kcal タンパク: 25.6g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 2.5g	
29 土	昭和の日				
30 日					



入園・進級おめでとうございます



【今月の食育目標】

園の給食に慣れましょう!