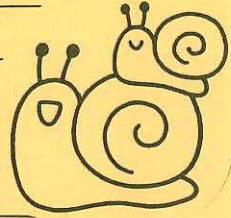


平成29年6月 献立表

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 木	Feウエハース 牛乳	きんぴらごぼう ス克蘭ブルエッグ ゴールデンキウイ ご飯 小松菜汁	せんべい ジョア(ストロベリー)	エネルギー: 501kcal タンパク: 20.8g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 1.5g	プール開き
2 金	せんべい スポン	焼きそば ウインナー 牛乳 オレンジ ご飯	大学芋 麦茶	エネルギー: 475kcal タンパク: 13.2g 脂質: 17.3g	食塩相当量: 1.7g	
3 土	ムーンライト 牛乳	ツナコーンサンド パナ豆乳 ブルー パナナ	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 505kcal タンパク: 16.3g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 1g	
4 日						
5 月	アスパラガス 牛乳	アスパラシチュー 竹輪のひき肉煮 メロン ご飯 ひじきサラダ	ソファール(ストロベリー) せんべい	エネルギー: 538kcal タンパク: 19.8g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 1.6g	
6 火	せんべい ヤクルト	松風焼き 三色和え グレープフルーツ ご飯 豆腐汁	マリービスケット 牛乳	エネルギー: 488kcal タンパク: 22g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.8g	
7 水	せんべい リンゴジュース	赤魚の煮付け かみかみサラダ パナナ ご飯 若布汁	ピザトースト 牛乳	エネルギー: 629kcal タンパク: 23.3g 脂質: 25.2g	食塩相当量: 2.4g	
8 木	リッツ 牛乳	ひじき寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ オレンジ ご飯 栄養麩汁	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 500kcal タンパク: 18.9g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.7g	
9 金	せんべい ヤクルト	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	ビスコ フルーツジュース	エネルギー: 430kcal タンパク: 14.8g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 1.3g	
10 土	元気ヨーグルト	甘バターサンド ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	バナナ	エネルギー: 467kcal タンパク: 15.9g 脂質: 17g	食塩相当量: 1.3g	
11 日						
12 月	麩菓子 牛乳	イタリアンスープ 鶏肉のさっぱり煮 パナナ 青菜和え ご飯	ソファール(プレーン) クラッカー	エネルギー: 466kcal タンパク: 19.9g 脂質: 18.8g	食塩相当量: 0.8g	
13 火	せんべい ヤクルト	焼肉 ビーフソテー グレープフルーツ ご飯 なす汁	じゃがいものチーズ焼き 牛乳	エネルギー: 521kcal タンパク: 22.6g 脂質: 19.3g	食塩相当量: 1.4g	
14 水	バナナ	焼き魚(鮭) カラフルサラダ オレンジ ご飯 豆腐汁	クリームパン 牛乳	エネルギー: 592kcal タンパク: 26.2g 脂質: 23.1g	食塩相当量: 1.7g	
15 木	マリービスケット 牛乳	五目納豆 さつまいもの甘煮 ゴールデンキウイ ご飯 小松菜汁	せんべい スポン	エネルギー: 543kcal タンパク: 18g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 1.4g	
16 金	せんべい 牛乳	チャーハン 鶏のから揚げ トマトスープ さくらんぼ 気になる野菜(ホワイトグレープキャベツ)	デコレーションプリン	エネルギー: 671kcal タンパク: 21.6g 脂質: 23.7g	食塩相当量: 2.1g	お誕生会
17 土	ぶどうゼリー	ソフトフランス(あんバター) 春雨ソテー 牛乳 パナナ	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 526kcal タンパク: 14.1g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 1.5g	
18 日						
19 月	せんべい ヤクルト	チキンカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ ご飯	ソファール(ストロベリー) パナナ	エネルギー: 492kcal タンパク: 17.3g 脂質: 10.8g	食塩相当量: 1.1g	
20 火	Feウエハース スポン	肉団子 温野菜 パナナ ご飯 オクラ汁	クラッカー チーズ 牛乳	エネルギー: 608kcal タンパク: 24.5g 脂質: 22.5g	食塩相当量: 2.6g	
21 水	せんべい ヤクルト	さわらの照り焼き スパゲティサラダ グレープフルーツ ご飯 豆腐汁	玄米パン 牛乳	エネルギー: 546kcal タンパク: 21.9g 脂質: 20.1g	食塩相当量: 1.8g	
22 木	ビスコ 牛乳	酢豚 半月卵 ゴールデンキウイ ご飯 ニラ汁	せんべい フルーツジュース	エネルギー: 506kcal タンパク: 16.3g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.5g	
23 金	せんべい ぶどうジュース	肉みそうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 グレープフルーツ ご飯	わかめおにぎり ジョア(プレーン)	エネルギー: 587kcal タンパク: 21.4g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 2.3g	
24 土	バナナ	チョコサンド ころころスープ 牛乳 さくらんぼ	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 610kcal タンパク: 15.9g 脂質: 21.2g	食塩相当量: 1.4g	
25 日						
26 月	麩菓子 牛乳	豚汁 竹輪と厚揚げの煮物 メロン ご飯 きゃべつソテー	ソファール(プレーン) せんべい	エネルギー: 506kcal タンパク: 20.1g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 2.4g	
27 火	動物ビスケット 牛乳	照り焼きチキン シーザーサラダ グレープフルーツ ご飯 栄養麩汁	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 570kcal タンパク: 22.8g 脂質: 25.4g	食塩相当量: 1.6g	
28 水	バナナ	かつおの竜田揚げ 青菜和え オレンジ ご飯 なす汁	メロンパン 牛乳	エネルギー: 570kcal タンパク: 23.8g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1g	
29 木	せんべい フルーツジュース	切り干し大根の煮物 ツナキッシュ グレープフルーツ ご飯 網さや汁	カップケーキ 牛乳	エネルギー: 602kcal タンパク: 21g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 1.6g	
30 金	せんべい ヤクルト	鶏南蛮 笹かま揚げ 牛乳 ゴールデンキウイ	アイス	エネルギー: 495kcal タンパク: 14.7g 脂質: 20.1g	食塩相当量: 2.3g	



【今月の食育目標】よく噛んで食べましょう。

