

平成29年9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 金	せんべい スポン	トマトクリームスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	アイス	エネルギー：614kcal タンパク：16.6g 脂質：24.4g	食塩相当量：1.3g	プール活動表彰式
2 土	バナナ	チョコサンド ミートソースグラタン 牛乳 梨	りんごゼリー せんべい	エネルギー：593kcal タンパク：17.3g 脂質：16.8g	食塩相当量：1.8g	金魚すくい
3 日						
4 月	ビスコ 牛乳	コーンチャウダー 厚揚げとこんにゃくの煮物 オレンジ ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	エネルギー：462kcal タンパク：13.6g 脂質：16.5g	食塩相当量：1g	
5 火	せんべい ヤクルト	タンドリーチキン ポテトサラダ 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：596kcal タンパク：22.9g 脂質：27.2g	食塩相当量：1.8g	流紋焼き 工場見学
6 水	せんべい フルー ツジュース	ぶり照り焼き 土佐和え ぶどう ご飯 なめこ汁	フレンチトースト 牛乳	エネルギー：502kcal タンパク：20.8g 脂質：15.9g	食塩相当量：1.4g	
7 木	動物ビスケット 牛乳	親子煮 きゃべつの塩昆布漬け ゴールデンキウイ ご飯 ニラ汁	せんべい ジョア(ブルー)	エネルギー：435kcal タンパク：20.4g 脂質：11.7g	食塩相当量：1.3g	
8 金	せんべい ヤクルト	鶏南蛮 竹輪の磯辺揚げ 牛乳 梨	なかよしプリン クラッカー	エネルギー：494kcal タンパク：16.6g 脂質：14.3g	食塩相当量：2.5g	
9 土	バナナ	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 春雨サラダ 牛乳 オレンジ	せんべい ぶどうジュース	エネルギー：558kcal タンパク：13.2g 脂質：19.7g	食塩相当量：1.7g	親子陶芸教室
10 日						
11 月	アスパラガス 牛 乳	きのこ汁 鶏肉のさっぱり煮 ひじきサラダ バナナ ご飯	ソファール(ブレン) せんべい	エネルギー：461kcal タンパク：21.2g 脂質：17.4g	食塩相当量：0.9g	
12 火	マリービスケット 牛乳	そぼろ炒め 炒り卵 ぶどう ご飯 栄養麩汁	せんべい スポン	エネルギー：553kcal タンパク：22.1g 脂質：19.8g	食塩相当量：1.4g	
13 水	せんべい ヤクルト	さんまの甘煮 かぼちゃサラダ オレンジ ご飯 豆腐 汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー：702kcal タンパク：25.3g 脂質：30.7g	食塩相当量：2.2g	
14 木	せんべい 牛乳	五目納豆 さつま芋の甘煮 グレープフルーツ ご飯 きゃべつ汁	チーズおにぎり 麦茶	エネルギー：560kcal タンパク：20.9g 脂質：13.6g	食塩相当量：1.4g	
15 金	りんごゼリー	きつねうどん 白菜の塩昆布和え 梨 牛乳	ビスコ ジョア(ストロベリー)	エネルギー：437kcal タンパク：13.8g 脂質：11.8g	食塩相当量：1.4g	駅・消防見学
16 土	Caウエハース 牛乳	ウインナードッグパン バナナ豆乳 ブルーン バナナ	なかよしプリン せんべい	エネルギー：752kcal タンパク：22.4g 脂質：19.6g	食塩相当量：1.6g	
17 日						
18 月	敬老の日					
19 火	麩菓子 牛乳	焼肉 ビーフソテー オレンジ ご飯 わかめ汁	元気ヨーグルト せんべい	エネルギー：521kcal タンパク：23.2g 脂質：18.3g	食塩相当量：1g	
20 水	バナナ	さばの味噌煮 スパゲティサラダ ゴールデンキウイ ご飯 なす汁	パンキンパン 牛乳	エネルギー：536kcal タンパク：20.8g 脂質：21.3g	食塩相当量：1.5g	
21 木	クラッカー ヤク ルト	里芋の煮物 野菜キッシュ ぶどう ご飯 ニラ汁	ムーンライト 牛乳	エネルギー：526kcal タンパク：17.8g 脂質：15g	食塩相当量：1.4g	
22 金	せんべい 牛乳	チーズハンバーグ 温野菜 中華コンスープ ご飯 梨 気になる野菜	手作りおはぎ 麦茶	エネルギー：724kcal タンパク：28.3g 脂質：19.7g	食塩相当量：1.5g	お誕生会
23 土	秋分の日					
24 日						
25 月	Feウエハース みかんジュース	なすのキーマカレー 小女子甘煮 牛乳 梨 ご飯	ソファール(ブレン) せんべい	エネルギー：379kcal タンパク：12.9g 脂質：11.2g	食塩相当量：1.1g	
26 火	せんべい スポン 	ミートローフ 青菜和え バナナ ご飯 豆腐汁	スウィートポテト 牛乳	エネルギー：553kcal タンパク：21.9g 脂質：15.4g	食塩相当量：1.4g	
27 水	クラッカー ヤク ルト	焼き魚(鮭) マカロニサラダ オレンジ ご飯 大根汁	クリームパン 牛乳	エネルギー：662kcal タンパク：27.7g 脂質：24.1g	食塩相当量：1.5g	
28 木	麩菓子 牛乳	すき焼き風煮 半月卵 ゴールデンキウイ ご飯 小松 菜汁	せんべい 野菜生活	エネルギー：412kcal タンパク：17g 脂質：11.6g	食塩相当量：1.2g	
29 金	ぶどうゼリー	焼きそば ウインナー 牛乳 パナナ ご飯	せんべい ヤクルト400	エネルギー：455kcal タンパク：12.5g 脂質：12.9g	食塩相当量：0.9g	
30 土	せんべい	具だくさん芋汁				運動会



たくさん食べて夏の疲れを取りましょう

