

平成29年10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 日					
2 月	せんべい ヤクルト	さつまいもシチュー 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 梨 ご飯 ひじきサラダ	ソファール(ストロベリー) クラッカー	エネルギー: 548kcal タンパク: 18.0g 脂質: 10.3g	食塩相当量: 1g
3 火	麩菓子 牛乳	焼肉 ビーフソテー グレープフルーツ ご飯 小松菜 汁	野菜生活 ビスケット	エネルギー: 522kcal タンパク: 21g 脂質: 20.4g	食塩相当量: 1.2g
4 水	バナナ	タラの照り焼き 青菜和え りんご ご飯 若布汁	チョコパン 牛乳	エネルギー: 382kcal タンパク: 16.1g 脂質: 9.8g	食塩相当量: 1.4g 飯盛山工場 見学
5 木	元氣ヨーグルト	ひじきの寄せ煮 かぼちゃキッシュ バナナ ご飯 きゃ べつ汁	せんべい 牛乳	エネルギー: 443kcal タンパク: 19g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.4g
6 金	Feウエハース フ ルーツジュース	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 オレンジ ご飯	せんべい ジョア(プレーン)	エネルギー: 561kcal タンパク: 22.0g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 1.4g
7 土	なかよしプリン	ソフトフランス(あんバター) ジャーマンポテト 牛乳 梨	バナナ	エネルギー: 537kcal タンパク: 14.0g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 1.9g
8 日					
9 月					
10 火	ビスコ 牛乳	チキンカツ きゃべつ和え グレープフルーツ ご飯 なめ こ汁	元氣ヨーグルト クラッカー	エネルギー: 582kcal タンパク: 27.0g 脂質: 18.8g	食塩相当量: 1.4g
11 水	せんべい ヤクルト	焼き魚(鮭) ポテトサラダ バナナ ご飯 白菜汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 644kcal タンパク: 26.5g 脂質: 22.4g	食塩相当量: 1.5g
12 木	クラッカー スポン	八宝菜 花卵 梨 ご飯 大根汁	焼き芋 牛乳	エネルギー: 531kcal タンパク: 17.1g 脂質: 12.5g	食塩相当量: 0.8g
13 金	せんべい 牛乳	もみじご飯 ポークチャップ グリーンサラダ なめこ汁 梨 ぶどうジュース	デコレーションプリン	エネルギー: 635kcal タンパク: 19.1g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 2.3g お誕生会
14 土	バナナ	クリームサンド きのことソー 牛乳 オレンジ	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 470kcal タンパク: 13.4g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 1.2g 親子わくわく ランド
15 日					
16 月	ビスコ 牛乳	のっぺい汁 竹輪の甘煮 グレープフルーツ ご飯 青菜 和え	ソファール(プレーン) せんべい	エネルギー: 469kcal タンパク: 15.9g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.7g
17 火	茶饅頭 スポン	赤飯 ぶり照り焼き きゃべつの塩昆布和え 具だくさん 芋汁 梨	ビスケット 牛乳	エネルギー: 647kcal タンパク: 26.0g 脂質: 19.4g	食塩相当量: 1.8g 墓参り
18 水	ぶどうゼリー	カレーの煮付け マゼドアンサラダ りんご ご飯 栄養麩 汁	玄米パン 牛乳	エネルギー: 526kcal タンパク: 19.0g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.3g
19 木	せんべい ヤクルト	きんぴらごぼう ス克蘭ブルエッグ オレンジ ご飯 白 菜汁	ムーンライト 牛乳	エネルギー: 482kcal タンパク: 16.0g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.3g
20 金	麩菓子 牛乳	けんちんうどん 笹かま揚げ バナナ	ゆかりおにぎり ジョア(プレーン)	エネルギー: 588kcal タンパク: 20.5g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 2.4g 創立記念日
21 土	バナナ	甘バターサンド 中華ソー 牛乳 グレープフルーツ	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 495kcal タンパク: 14.0g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.3g
22 日					
23 月	リッツ フルーツ ジュース	秋野菜カレー 小女子 牛乳 オレンジ	ソファール(プレーン) せんべい	エネルギー: 472kcal タンパク: 16.0g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.4g
24 火	ビスコ 牛乳	鶏肉のさっぱり煮 マカロニサラダ りんご ご飯 ニラ汁	クラッカー ヤクルト400	エネルギー: 609kcal タンパク: 19.0g 脂質: 25.5g	食塩相当量: 1.2g
25 水	せんべい ヤクルト	さわらのフライ 土佐和え バナナ ご飯 なめこ汁	メロンパン 牛乳	エネルギー: 680kcal タンパク: 24.0g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 1.5g
26 木	せんべい スポン	五目納豆 さつまいもの甘煮 グレープフルーツ ご飯 若布汁	カップケーキ 牛乳	エネルギー: 642kcal タンパク: 21.4g 脂質: 22.3g	食塩相当量: 1.6g
27 金	クラッカー ヤクルト	焼きそば ウインナー 牛乳 オレンジ ご飯	せんべい ぶどうジュース	エネルギー: 503kcal タンパク: 14.2g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 1.2g
28 土	バナナ	ピザトースト バナナ豆乳 プレーン 梨	せんべい 気になる野菜	エネルギー: 695kcal タンパク: 20.9g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 1.4g 工作教室
29 日					
30 月	マリービスケット 牛 乳	中華スープ ささ身揚げ みかん ご飯 きゃべつソー	ソファール(プレーン) せんべい	エネルギー: 498kcal タンパク: 16.8g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1g
31 火	せんべい スポン	ハンバーグ 温野菜 りんご ご飯 豆腐汁	手作りおにぎり 牛乳	エネルギー: 604kcal タンパク: 23.3g 脂質: 13g	食塩相当量: 2.3g

