

こんげつの よてい こんだてひょう



平成20年 7月分



日(曜)	献立名 (共通分)		献立名 (未満児加食分)		備考	予定栄養価 (以上児)			
	副食	間食 (PM)	間食 (AM)	主食		1人当り (Kcal)	たんぱく 質(g)	脂質(g)	食塩相当 量(g)
1 (火)	焼魚 ポテトサラダ 大根汁 キウイ	おやつパン 牛乳	ヨーク 玉子ポーロ	ご飯		316	17.7	12.8	0.9
2 (水)	ヒレカツ せんキャベツ 金時煮豆 かき玉汁 オレンジ	せんべい ジョア	バナナ	ご飯		314	19.1	7.7	1.3
3 (木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 若布汁 グレープフルーツ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		454	26.4	21.3	2.7
4 (金)	三色そうめん 笹かま揚げ 青菜の和え物 メロン	フリン せんべい	ヤクルト クラッカー	三色そうめん		390	14.4	10.3	2.8
5 (土)	クロワッサンサンド 中華サラダ 豆乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	クロワッサンサンド		682	15.7	32.6	1.9
6 (日)									
7 (月)	のっぺい汁 二色天ぷら 三色和え物 キウイ	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		303	9.0	9.7	1.8
8 (火)	さんま煮魚 マセドアンサラダ 青菜とえのき汁 オレンジ	牛乳 ラスク	バナナ	ご飯		365	16.3	20.1	1.6
9 (水)	イタリアンハンバーグ 温野菜 若布と和え物 グレープフルーツ	ヤクルト クラッカー チーズ	りんごゼリー	ご飯		475	20.8	22.2	2.4
10 (木)	マーボー茄子 花卵 豆麴汁 メロン	牛乳 ビスコ	麦茶 玉子ポーロ	ご飯		412	19.6	16.9	2.8
11 (金)	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 バナナ	ジョア おにぎり	手作りヨーグルト	おかず焼きそば		518	18.8	17.3	1.2
12 (土)	チョコサンド 牛乳	バナナ	ヨーク せんべい	チョコサンド		511	12.5	19.7	0.2
13 (日)									
14 (月)	とうもろこしシチュー 竹輪と昆布の甘煮 牛乳 オレンジ	のむヨーグルト 鉄キャンディー	りんごジュース せんべい	ご飯		361	14.3	12.9	1.7
15 (火)	まぐろの竜田揚 土佐和え 豆腐汁 メロン	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		319	16.8	13.5	1.6
16 (水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 大根汁 オレンジ	野菜生活 ホットケーキ	手作りヨーグルト	ご飯		439	16.8	16.1	2.3
17 (木)	切干大根の含め煮 スクランブルエッグ 青菜汁 グレープフルーツ	牛乳 せんべい	フリン	ご飯		380	16.3	16.4	1.6
18 (金)	冷やし中華 鶏肉の照り焼き グリーンレタス 牛乳 フルーツ盛り合わせ	麦茶 お誕生ケーキ アイスクリーム		冷やし中華	誕生会	500	21.8	19.4	1.6
19 (土)	甘バターサンド 三色和え物 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	甘バターサンド		575	12.6	15.9	0.7
20 (日)									
21 (月)					海の日				
22 (火)	焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリンヌーフ メロン	牛乳 マヨネーズパン	オレンジジュース せんべい	ご飯		496	20.9	26.6	2.8
23 (水)	鯖の味噌煮 マカロニサラダ 青菜とえのき汁 グレープフルーツ	手作りヨーグルト 小魚	バナナ	ご飯		374	19.9	16.4	1.8
24 (木)	きんぴらごぼう 花卵 なめこ汁 すいか	アイスクリーム	ヤクルト 玉子ポーロ	ご飯		322	12.5	16.5	1.6
25 (金)	なすとトマトのスパゲティー レバーの甘辛煮 牛乳 オレンジ	ジョア せんべい	手作りヨーグルト	なすとトマトのスパゲティー		433	19.7	14.1	1.6
26 (土)	77トランスビ-ナパン 牛乳 野菜ソテー バナナ	ヤクルト ビスケット	麦茶 ビスコ	77トランスビ-ナパン		569	16.2	17.8	0.8
27 (日)									
28 (月)	夏野菜カレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	フルーツヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		378	11.8	15.5	3.0
29 (火)	焼魚 春雨サラダ 若布汁 すいか	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		283	18.2	9.4	2.2
30 (水)	松風焼き 三色和え物 大根汁 キウイ	アイスクリーム	手作りヨーグルト	ご飯		330	14.9	16.3	1.7
31 (木)	じゃがいもの挽肉煮 厚焼き卵 豆麴汁 オレンジ	牛乳 とうもろこし	フリン	ご飯		342	16.1	14.1	1.8

※献立は、材料の都合上、一部変更になる場合があります。

面川報徳保育園