

# こんげつの よてい こんだてひょう



## 平成20年 9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人分 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1 (月)	きのこシチュー 竹輪と厚揚げの甘煮 牛乳 グレープフルーツ	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		398	17.4	13.5	2.0
2 (火)	鮭焼魚 かぼちゃサラダ 青菜汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		311	17.9	12.9	1.0
3 (水)	焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリン スープ バナナ	りんごゼリー せんべい	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		391	12.6	12.5	2.2
4 (木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 若布汁 オレンジ	焼き芋 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		432	22.7	20.8	2.2
5 (金)	おかめうどん ささみ揚げ 温野菜 ぶどう	ビスコ ジョア	フリン	おかめうどん		350	20.6	5.4	3.7
6 (土)	甘バターサンド 牛乳 フロッコリー-サラダ バナナ	ヤクルト80 せんべい	ビスケット 麦茶	甘バターサンド		614	13.3	20.7	0.5
7 (日)									
8 (月)	月見カレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	のむヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		437	15.2	21.3	2.8
9 (火)	さんま煮魚 春雨サラダ 大根汁 バナナ	牛乳 おやつパン	ももゼリー	ご飯		410	16.3	17.0	2.0
10 (水)	松風焼き 三色和え物 豆腐汁 グレープフルーツ	牛乳 カップケーキ	バナナ	ご飯		489	19.5	22.7	2.0
11 (木)	きんぴらごぼう ス克蘭フルエッグ なめこ汁 キウイ	せんべい ヤクルト80	手作りヨーグルト	ご飯		307	12.6	11.0	1.5
12 (金)	手巻きずし 鶏肉の照り焼き グリーンレタス 牛乳 ぶどう	麦茶 お誕生ケーキ アイスクリーム		のり巻き	誕生会	621	27.4	32.6	1.6
13 (土)	ピーナッツサンド 牛乳 きのことソテー オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット	ピーナッツサンド	十五夜	560	17.1	19.4	0.6
14 (日)									
15 (月)					敬老の日				
16 (火)	ハムチーズフライ せんきゃべツ なめこ汁 金時豆 オレンジ	牛乳 おやつパン	オレンジジュース せんべい	ご飯		323	14.4	15.4	1.6
17 (水)	鮭焼魚 ごぼうサラダ 青菜とえのき汁 グレープフルーツ	フルーツヨーグルト 鉄キャンディー	バナナ	ご飯		326	17.6	7.5	1.6
18 (木)	切干大根の含め煮 花卵 豆麩汁 ぶどう	牛乳 きなこ団子	手作りヨーグルト	ご飯		424	18.3	13.4	1.8
19 (金)	スパゲティナポリタン レバーの甘辛煮 牛乳 バナナ	クラッカー チーズ ヤクルト80	りんごゼリー	スパゲティナポリタン		508	18.3	17.8	1.7
20 (土)	エッグサンド 豆乳 温野菜 オレンジ	フリン せんべい	麦茶 ビスケット	エッグサンド		613	19.4	22.2	1.9
21 (日)									
22 (月)	栄養すいとん汁 天ぷら 青菜和え ぶどう	手作りヨーグルト 小魚	りんごジュース せんべい	ご飯		371	12.8	12.8	1.1
23 (火)					秋分の日				
24 (水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 青菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		361	16.5	12.0	1.9
25 (木)	筑前煮 厚焼き卵 若布汁 グレープフルーツ	牛乳 せんべい	手作りヨーグルト	ご飯		368	20.6	16.3	2.1
26 (金)	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 バナナ	野菜ジュース ビスケット	ヨーク せんべい	おかず焼きそば		524	19.7	22.4	1.2
27 (土)	芋煮	おみやげ			芋煮運動会	109	7.1	3.0	1.4
28 (日)									
29 (月)	ポークカレー 牛乳 小女子甘煮 オレンジ	のむヨーグルト 鉄キャンディー	オレンジジュース せんべい	ご飯		360	12.6	16.6	2.1
30 (火)	まぐろの竜田揚 青菜の和え物 大根汁 梨	牛乳 フルーツサンド	バナナ	ご飯		405	18.5	18.3	2.0

※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