

こんげつの よてい こんだてひょう



平成21年 5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日キ (Kcal)	たんぱく 質(g)	脂質(g)	食塩相 当量(g)
1 (金)	和風スパゲティー レバーの甘辛煮 牛乳 パナナ	柏餅 せんべい ヤクルト400	手作りヨーグルト	和風スパゲティー	かぶと行列	473	17.0	16.1	1.4
2 (土)	ロールサンド 豆乳 中華ソテー オレンジ	野菜生活 ビスケット	麦茶 玉子ポーロ	ロールサンド		583	19.0	23.8	1.6
3 (日)					憲法記念日				
4 (月)					みどりの日				
5 (火)					こどもの日				
6 (水)					振替休日				
7 (木)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 大根汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	プリン	ご飯		381	18.0	15.5	2.0
8 (金)	たけのこのご飯 ホイル焼き 青菜和え なめこ汁 いちご	麦茶 お誕生ケーキ アイスクリーム			誕生会	367	15.8	11.5	1.6
9 (土)	甘バターサンド 牛乳 アスパラサラダ パナナ	りんごゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	甘バターサンド		552	11.4	20.4	0.4
10 (日)									
11 (月)	ワンタンスープ 笹かま揚げ 青菜のごま和え オレンジ	手作りヨーグルト 小魚	りんごジュース せんべい	ご飯		309	13.3	11.9	1.6
12 (火)	さんま煮魚 ポテトサラダ 豆腐汁 いちご	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		368	16.4	20.4	1.5
13 (水)	鶏の唐揚げ 土佐和え 若布汁 オレンジ	ホットケーキ 牛乳	プリン	ご飯		378	19.0	14.9	3.1
14 (木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 青菜とえのき汁 パナナ	ももゼリー せんべい	手作りヨーグルト	ご飯		374	17.0	14.5	1.4
15 (金)	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 いちご	おにぎり ジョア	ヨーク せんべい	おかず焼きそば		489	18.6	17.1	1.5
16 (土)	草餅 (あんこ・きなこ・ごま) 漬物 大根汁 オレンジ	プリン せんべい	麦茶 ビスケット	草餅	よもぎもち パティエ	420	18.6	13.6	1.4
17 (日)									
18 (月)	たんぽぽシチュー 竹輪の甘煮 牛乳 いちご	のおヨーグルト 鉄キャンティ	オレンジジュース せんべい	ご飯		365	15.3	13.7	1.1
19 (火)	焼魚 マセドアンサラダ 青菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	花壇づくり	289	17.4	12.9	1.0
20 (水)	チーズハンバーグ 温野菜 豆腐汁 パナナ	ヤクルト400 せんべい	りんごゼリー	ご飯		360	16.9	11.9	2.1
21 (木)	たけのこの含め煮 スクランブルエッグ なめこ汁 キウイ	スウィートポテト 牛乳	ヨーク ビスケット	ご飯		454	15.0	15.4	1.7
22 (金)	カレーうどん ウィンナー 牛乳 いちご	プリン せんべい	手作りヨーグルト	カレーうどん		486	17.5	23.3	3.5
23 (土)	チョコサンド 牛乳 野菜ソテー パナナ	ビスコ 野菜生活	麦茶 せんべい	チョコサンド		508	12.7	20.1	0.7
24 (日)									
25 (月)	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 キウイ	フルーツヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		386	11.9	16.0	2.7
26 (火)	焼魚 青菜の和え物 青菜汁 いちご	牛乳 フレンチトースト	バナナ	ご飯		348	21.7	13.8	1.6
27 (水)	焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリン スープ パナナ	アイスクリーム	ももゼリー	ご飯		300	12.3	12.8	2.0
28 (木)	きんぴらごぼう 花卵 若布汁 オレンジ	せんべい 牛乳	ヤクルト ビスケット	ご飯		306	15.9	13.8	2.0
29 (金)	五目あんかけそうめん 天ぷら 牛乳 いちご	クラッカー チーズ ジョア	手作りヨーグルト	五目あんかけそうめん		476	18.6	15.6	2.5
30 (土)	ピーナッツサンド 牛乳 スパサラダ オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	ピーナッツサンド	山登り	397	9.2	9.5	0.3
31 (日)									

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園