

こんげつの よてい こんだてひょう



平成21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 1日	たん ぱく	脂質 (g)	食塩 相当
1 (火)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	野菜生活 おやつパン	フリリン	ご飯		325	10.5	11.9	1.7
2 (水)	ヒレカツ せんキャベツ 金時煮豆 青菜汁 キウイ	せんべい ヤクルト 400	バナナ	ご飯		326	15.6	8.6	0.9
3 (木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 若布汁 バナナ	牛乳 ビスケット	手作りヨーグルト	ご飯		370	18.6	16.4	2.1
4 (金)	卵とじうどん 天ぷら 牛乳 キウイ	若布おにぎり ジョア	ヨーク せんべい	卵とじうどん		463	16.3	10.8	1.6
5 (土)	チョコサンド 牛乳 スパサラダ オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	チョコサンド		529	14.2	21.9	0.6
6 (日)									
7 (月)	むらくも汁 笹かま揚げ 青菜の和え物 オレンジ	牛乳 ビスコ	りんごジュース せんべい	ご飯		350	15.2	11.6	2.4
8 (火)	焼き魚 ごぼうサラダ 豆麴汁 バナナ	手作りヨーグルト 昆布	ヤクルト ビスケット	ご飯		308	16.6	7.5	2.8
9 (水)	照り焼きチキン 土佐和え 青菜とえのき汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		307	16.9	12.2	2.0
10 (木)	マーボー茄子 花卵 若布汁 ぶどう	焼き芋 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		436	19.3	18.6	2.5
11 (金)	五目おこわ なめこ汁 ホイル焼き メロン	麦茶 お誕生ケーキ アイスクリーム		五目おこわ	誕生会	333	15.9	12.5	1.3
12 (土)	甘バターサンド 牛乳 マカロニサラダ 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		458	13.0	13.7	0.6
13 (日)									
14 (月)	まぐろの竜田揚げ 三色和え物 大根汁 バナナ	のおヨーグルト 小魚	りんごジュース せんべい	ご飯		336	18.4	14.5	2.2
15 (火)	きのこシチュー 牛乳 竹輪の甘煮 オレンジ	野菜生活 おやつパン	ももゼリー	ご飯		336	14.0	9.6	1.0
16 (水)	焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリン スープ ぶどう	クラッカー チーズ ヤクルト400	バナナ	ご飯		374	15.0	16.4	2.3
17 (木)	昆布寄せ煮 ス克蘭フルエッグ 豆腐汁 オレンジ	カップケーキ 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		468	18.7	23.8	2.9
18 (金)	スパゲティナポリタン レバーの甘辛煮 牛乳 ぶどう	せんべい スポロン	フリリン	スパゲティナポリタン		425	15.5	12.3	1.3
19 (土)	焼きそばパン 豆乳 コーンサラダ バナナ	ビスケット 野菜生活	麦茶 玉子ポーロ	焼きそばパン		259	6.0	5.6	0.3
20 (日)									
21 (月)					敬老の日				
22 (火)					国民の祝日				
23 (水)					秋分の日				
24 (木)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 青菜汁 オレンジ	牛乳 ワッフル	りんごゼリー	ご飯		370	18.3	13.9	2.3
25 (金)	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 ぶどう	フリリン せんべい	バナナ	おかず焼きそば		425	14.6	19.5	1.2
26 (土)	芋汁 バナナ				園内運動会	113	3.8	1.3	0.7
27 (日)									
28 (月)	フロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	クラッカー チーズ ジョア	りんごジュース せんべい	ご飯		371	11.2	16.1	2.3
29 (火)	さんま煮魚 ポテトサラダ なめこ汁 ぶどう	牛乳 フレンチトースト	バナナ	ご飯		507	21.2	26.3	2.1
30 (水)	ミートボール 温野菜 若布汁 キウイ	フルーツヨーグルト 鉄キャンディー	フリリン	ご飯		388	19.9	16.5	2.4

* 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