

こんげつの よてい こんだてひょう



平成19年 7月分

施設長	主任保育士	担当者

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		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(日)									
2(月)	豚汁 竹輪の甘煮 青菜のごま和え グレープフルーツ	手作りヨーグルト 鉄キャンディー	オレンジジュース せんべい	ご飯		265	11.8	7.8	2.3
3(火)	焼魚 ごぼうサラダ 青菜汁 キウイ	牛乳 ピザトースト	バナナ	ご飯		381	22.2	13.9	2.0
4(水)	ミートボール 三色和え物 はんぺんスープ オレンジ	牛乳 ビスコ	手作りヨーグルト	ご飯		390	18.3	15.3	2.0
5(木)	五目昆布煮 花卵 豆腐汁 グレープフルーツ	クラッカー チーズジョア	牛乳 五子ポーロ	ご飯		359	21.5	14.8	2.5
6(金)	七夕そうめん 千キンナゲット 温野菜 バナナ	牛乳 ビスケット	ヤクルト せんべい	七夕そうめん		401	18.4	10.5	2.7
7(土)	ピーナッツパン グラタン 牛乳 オレンジ	プリン	麦茶 ビスケット	ピーナッツパン		591	17.7	21.0	0.7
8(日)									
9(月)	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	のおヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		350	12.0	16.1	2.2
10(火)	まぐろの竜田揚 青菜の和え物 豆麩汁 グレープフルーツ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		302	16.1	11.7	1.8
11(水)	千キンカツ せんきゃべつ なめこ汁 メロン	アイスクリーム	手作りヨーグルト	ご飯		287	12.4	14.0	1.0
12(木)	きんぴらごぼう スクランブルエッグ 若布汁 キウイ	牛乳 お好み焼き	ヤクルト せんべい	ご飯		491	26.2	25.1	2.2
13(金)	焼きそば ウィンナー オニオンスープ バナナ	牛乳 ビスケット	プリン	焼きそば		422	15.2	18.8	1.9
14(土)	ロールサンド 牛乳	牛乳 せんべい	ももゼリー	ロールサンド 牛乳	保育参観	425	15.7	15.4	1.2
15(日)									
16(月)					海の日				
17(火)	焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリンスープ グレープフルーツ	フルーツヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		378	14.6	16.0	2.2
18(水)	さんま煮魚 ポテトサラダ 青菜とえのき汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		366	15.2	19.1	1.6
19(木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 豆腐汁 メロン	牛乳 フライドポテト	手作りヨーグルト	ご飯		470	24.0	25.4	2.1
20(金)	カツカレー コールスローサラダ 牛乳 フルーツ盛り合わせ	お誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム		ご飯	お誕生日会	588	20.3	26.1	2.2
21(土)	チョコサンド きのご和え 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	チョコサンド		515	14.6	17.7	1.0
22(日)									
23(月)	とうもろこしシチュー ウィンナー 牛乳 キウイ	手作りヨーグルト プリン	りんごジュース せんべい	ご飯		470	15.8	20.0	1.1
24(火)	焼魚 海草サラダ 大根汁 メロン	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		429	17.4	29.4	1.4
25(水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 豆麩汁 オレンジ	麦茶 とうもろこし	牛乳 五子ポーロ	ご飯		382	18.9	11.5	2.0
26(木)	新じゃがのひき肉煮 花卵 あさり汁 すいか	牛乳 ビスコ	ヨーグ せんべい	ご飯		353	15.8	11.5	1.6
27(金)	なすとトマトのスパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 グレープフルーツ	ヤクルト80 クラッカー	手作りヨーグルト	なすとトマトのスパゲッティ		497	18.6	19.4	1.7
28(土)	コーヒーマーブルパン 春雨ソテー 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	コーヒーマーブルパン		598	12.4	18.7	0.7
29(日)									
30(月)	トマトカレー 小女子甘煮 牛乳 すいか	のおヨーグルト 鉄キャンディー	オレンジジュース せんべい	ご飯		398	12.5	17.8	2.9
31(火)	ししゃもの天ぷら 煮豆 土佐和え 青菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		357	19.5	13.4	1.7

*献立は、材料の都合上、一部変更になる場合があります。