

こんげつの よてい こんだてひょう



平成19年 11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		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1 (木)	いい鶏 厚焼き卵 若布汁 オレンジ	ビスケット 牛乳	プリン	ご飯		354	20.2	15.7	2.0
2 (金)	スパゲティナポリタン レバーの甘辛煮 牛乳 りんご	せんべい ジョア	手作りヨーグルト	スパゲティナポリタン		450	18.9	12.1	1.2
3 (土)					文化の日				
4 (日)									
5 (月)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 豆腐汁 梨	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯		422	18.0	15.2	2.9
6 (火)	鮭焼魚 ごぼうサラダ 青菜とえのき汁 グレープフルーツ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		263	17.3	7.5	1.2
7 (水)	ミートボール 温野菜 若布と和オース7 キウイ	せんべい ヤクルト 80	手作りヨーグルト	ご飯		435	16.1	17.2	1.3
8 (木)	ひじきの寄せ煮 花卵 豆麩汁 りんご	焼き芋 牛乳	ヨーク 玉子ポーロ	ご飯		425	23.4	18.1	2.3
9 (金)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	ジョア せんべい	ももゼリー	ご飯	りんご持り	371	15.0	13.7	1.9
10 (土)	クロワッサンサンド 豆乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット	クロワッサンサンド		663	15.2	33.6	1.3
11 (日)									
12 (月)	ホワイトシチュー 牛乳 竹輪の甘煮 バナナ	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		421	14.8	12.1	1.3
13 (火)	鯖の味噌煮 青菜のごま和え 豆腐汁 りんご	牛乳 おやつパン	麦茶 ビスケット	ご飯		311	18.8	12.7	1.8
14 (水)	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	芋かりんとう ヤクルト 80	手作りヨーグルト	ご飯		400	13.8	16.8	2.7
15 (木)	きんぴらごぼう ス克蘭フルエッグ なめこ汁 梨	ビスコ 牛乳 おみやげ	ヨーク せんべい	ご飯	七五三	362	14.3	16.1	1.6
16 (金)	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 キウイ	クラッカー ジョア	りんごゼリー	おかず焼きそば		440	17.7	19.2	1.2
17 (土)	お餅(きなこ・あんこ・ごま・納豆・つゆ)漬け物 みかん	プリン せんべい	麦茶 ビスコ	お餅	おもちゃつき	565	24.0	18.2	2.5
18 (日)									
19 (月)	豚汁 笹かま揚げ 青菜のおかか和え バナナ	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		320	11.9	11.3	2.1
20 (火)	焼魚 マカロニサラダ 大根汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		315	19.1	13.1	1.1
21 (水)	五目おこわ ホイル焼き 青菜の和え物 なめこ汁 フルーツ	お誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム		五目おこわ	お誕生日会	353	16.7	12.8	1.8
22 (木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 あさり汁 キウイ	お好み焼き 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		506	26.3	22.8	2.2
23 (金)					勤労感謝の日				
24 (土)	チョコサンド 牛乳 野菜ソテー 柿	バナナ	麦茶 ビスコ	チョコサンド		538	14.5	23.5	0.7
25 (日)									
26 (月)	エッグカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	手作りヨーグルト 干し芋	りんごジュース せんべい	ご飯		422	14.5	18.0	2.1
27 (火)	ししゃもの天ぷら 土佐和え 煮豆 青菜汁 りんご	おやつパン 牛乳	麦茶 玉子ポーロ	ご飯		351	17.6	13.3	2.1
28 (水)	鶏の唐揚げ ポテトサラダ なめこ汁 みかん	りんごゼリー せんべい	ヤクルト ビスコ	ご飯		362	15.3	12.6	1.5
29 (木)	マーボー豆腐 花卵 豆麩汁 バナナ	シュークリーム 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		509	24.9	25.5	3.1
30 (金)	ちゃんぽんうどん ウィンナー 青菜の和え物 柿	おにぎり ジョア	プリン	ちゃんぽんうどん		448	17.5	12.4	3.6

※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