

# こんげつの よてい こんだてひょう



## 平成22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          |                                                                                       | エネルギー (Kcal) | たんぱく質 (g) | 脂質 (g) | 食塩相当量 (g) |
| 1 (水)  | 焼き肉 ビーフソテー 卵のトロリンスープ キウイ                                                            | ヤクルト400 せんべい                                                                            | フリン                                                                                  | ご飯           |                                                                                       | 378          | 14.0      | 15.1   | 2.0       |
| 2 (木)  | マーボー茄子 花卵 若布汁 パナナ                                                                   | ポテトのチーズ焼き 牛乳                                                                            | スポロン せんべい                                                                            | ご飯           |                                                                                       | 401          | 21.5      | 16.0   | 2.7       |
| 3 (金)  | スパゲティーナポリタン レバーの甘辛煮 牛乳 オレンジ                                                         | 野菜生活 カップケーキ                                                                             | 手作りヨーグルト                                                                             | スパゲティーナポリタン  |                                                                                       | 495          | 16.1      | 22.5   | 1.2       |
| 4 (土)  | ソフトフランスピーナッツ 牛乳 ジャが芋ソテー ぶどう                                                         | バナナ    | 麦茶 ビスケット                                                                             | ソフトフランスピーナッツ |                                                                                       | 430          | 12.3      | 13.5   | 0.6       |
| 5 (日)  |                                                                                     |                                                                                         |                                                                                      |              |                                                                                       |              |           |        |           |
| 6 (月)  | きのこシチュー 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 パナナ                                                              | 手作りヨーグルト 小魚                                                                             | りんごジュース せんべい                                                                         | ご飯           |                                                                                       | 384          | 17.0      | 13.1   | 1.3       |
| 7 (火)  | さんまの甘煮 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           |                                                                                       | 371          | 16.1      | 20.7   | 1.6       |
| 8 (水)  | ヒレカツ 和風サラダ 豆腐汁 オレンジ                                                                 | ジョア スウィートポテト                                                                            | 牛乳フリン                                                                                | ご飯           |    | 373          | 18.1      | 11.2   | 1.6       |
| 9 (木)  | ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 青菜とえのき汁 パナナ                                                            | 牛乳 せんべい                                                                                 | 手作りヨーグルト                                                                             | ご飯           |    | 388          | 18.6      | 17.5   | 1.5       |
| 10 (金) | 五目おこわ ホイル焼き 青菜和え なめこ汁 ぶどう                                                           | 誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム                                                                        |                                                                                      | 五目おこわ        | 誕生会                                                                                   | 355          | 16.6      | 15.3   | 1.8       |
| 11 (土) | チョコサンド 牛乳 きのごソテー オレンジ                                                               | りんごゼリー せんべい                                                                             | 麦茶 ビスコ                                                                               | チョコサンド       |                                                                                       | 557          | 15.5      | 23.6   | 0.6       |
| 12 (日) |                                                                                     |                                                                                         |                                                                                      |              |                                                                                       |              |           |        |           |
| 13 (月) | お月見汁 笹笠の磯辺揚げ 温野菜 ぶどう                                                                | 飲むヨーグルト 昆布                                                                              | オレンジジュース せんべい                                                                        | ご飯           |                                                                                       | 301          | 10.4      | 10.0   | 1.9       |
| 14 (火) | まぐろカツ 三色和え 大根汁 オレンジ                                                                 | 牛乳 おやつパン                                                                                | バナナ                                                                                  | ご飯           |                                                                                       | 318          | 16.5      | 13.5   | 1.3       |
| 15 (水) | 照り焼きチキン マセドアンサラダ 豆麩汁 キウイ                                                            | クラッカー チーズ ジョア                                                                           | りんごゼリー                                                                               | ご飯           |  | 386          | 19.2      | 17.2   | 2.2       |
| 16 (木) | じゃがいものひき肉煮 半月卵 若布汁 ぶどう                                                              | フリン せんべい                                                                                | 手作りヨーグルト                                                                             | ご飯           |  | 318          | 14.3      | 10.6   | 1.6       |
| 17 (金) | カレーうどん 青菜和え 牛乳 パナナ                                                                  | 野菜生活 ビスコ                                                                                | ヨーク せんべい                                                                             | カレーうどん       |                                                                                       | 448          | 11.8      | 11.4   | 3.5       |
| 18 (土) | エッグサンド 豆乳 野菜サラダ オレンジ                                                                | バナナ                                                                                     | 麦茶 ビスケット                                                                             | エッグサンド       |                                                                                       | 551          | 17.4      | 20.0   | 1.6       |
| 19 (日) |                                                                                     |                                                                                         |                                                                                      |              |                                                                                       |              |           |        |           |
| 20 (月) |                                                                                     |                                                                                         |  |              | 敬老の日                                                                                  |              |           |        |           |
| 21 (火) | 肉団子 温野菜 青菜汁 ぶどう                                                                     | フルーツヨーグルト 鉄キャンディー                                                                       | バナナ                                                                                  | ご飯           |                                                                                       | 364          | 14.6      | 16.3   | 1.7       |
| 22 (水) | 焼き魚 春雨サラダ なめこ汁 パナナ                                                                  | お月見団子 牛乳                                                                                | りんごジュース せんべい                                                                         | ご飯           | 十五夜                                                                                   | 408          | 21.8      | 11.2   | 1.5       |
| 23 (木) |  |                                                                                         |                                                                                      |              | 秋分の日                                                                                  |              |           |        |           |
| 24 (金) | 焼きそば ウインナー 牛乳 オレンジ                                                                  | 野菜生活 おやつパン                                                                              | 手作りヨーグルト                                                                             | 焼きそば         |                                                                                       | 393          | 13.8      | 17.7   | 1.4       |
| 25 (土) | 芋煮                                                                                  | バナナ  |                                                                                      |              | 園内運動会                                                                                 | 167          | 7.8       | 3.1    | 1.0       |
| 26 (日) |                                                                                     |                                                                                         |                                                                                      |              |                                                                                       |              |           |        |           |
| 27 (月) | チーズカレー 小女子の甘煮 牛乳 パナナ                                                                | 手作りヨーグルト 昆布                                                                             | オレンジジュース せんべい                                                                        | ご飯           |                                                                                       | 377          | 12.6      | 15.9   | 2.3       |
| 28 (火) | さばの味噌煮 スパサラダ 豆腐汁 オレンジ                                                               | 牛乳 フレンチトースト                                                                             | バナナ                                                                                  | ご飯           |  | 397          | 20.5      | 20.0   | 1.8       |
| 29 (水) | 五目納豆 薩摩芋の甘煮 大根汁 キウイ                                                                 | ももゼリー せんべい                                                                              | 玉子ポーロ 牛乳                                                                             | ご飯           |  | 365          | 11.5      | 8.7    | 1.7       |
| 30 (木) | 昆布の寄せ煮 ス克蘭フルエッグ 青菜とえのき汁 ぶどう                                                         | 牛乳 ビスケット                                                                                | 手作りヨーグルト                                                                             | ご飯           |  | 319          | 14.6      | 13.9   | 1.9       |

\* 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