

こんげつの よてい こんだてひょう



平成24年 1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 (日)									
2 (月)									
3 (火)									
4 (水)									
5 (木)									
6 (金)	あんかけそうめん 竹輪の磯辺揚げ 牛乳 みかん	ヤクルト せんべい	麦茶 ビスコ	あんかけそうめん		419	13.2	11.5	2.8
7 (土)	チョコサンド グラタン 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	麦茶 ビスケット	チョコサンド		498	15.8	22.7	0.8
8 (日)									
9 (月)					成人の日				
10 (火)	焼肉 ビーフンソテー 卵スープ みかん	おやつパン 牛乳	りんごジュース せんべい	ご飯		348	15.1	18.1	1.7
11 (水)	さばの味噌煮 マカロニサラダ 豆麩汁 みかん	クラッカー チーズ スポンジ	バナナ	ご飯		476	20.9	16.1	2.7
12 (木)	おでん 麦茶 漬物 りんご	ビスケット 牛乳	麦茶 卵ボーロ	ご飯		307	12.3	13.5	1.8
13 (金)	ちゃんぽんうどん 天ぷら 牛乳 みかん	きなこ団子 野菜生活	ヨーク せんべい	ちゃんぽんうどん だんごさし		538	16.1	12.8	3.1
14 (土)	サンドイッチ 豆乳 温野菜 バナナ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	サンドイッチ		475	15.1	10.2	1.6
15 (日)									
16 (月)	ポパイシチュー 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 みかん	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		371	18.4	13.7	1.5
17 (火)	さんまの蒲焼き 中華サラダ 若布汁 りんご	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		430	16.2	22.4	2.8
18 (水)	鶏の唐揚げ 土佐和え なめこ汁 みかん	せんべい 牛乳	プリン	ご飯		318	16.2	16.6	1.7
19 (木)	赤飯 ごつゆ 焼魚 青菜和え 黒豆 オレンジ	誕生ケーキ 麦茶 アイス		赤飯	誕生会	476	24.6	11.8	2.6
20 (金)	スパゲティーミートソース レバー 甘辛煮 牛乳 みかん	焼き芋 ジョア	手作りヨーグルト	ミートソース		526	20.8	14.6	1.2
21 (土)	ソフトフランスピーナッツ スパサラダ 牛乳 伊予柑	バナナ	麦茶 ビスコ	ソフトフランスピーナッツ		499	14.3	16.3	0.4
22 (日)									
23 (月)	ビーンズカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	飲むヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		338	12.7	14.4	2.2
24 (火)	たらのムニエル ごぼうサラダ 青菜 とえのき汁 みかん	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		302	16.3	12.2	1.5
25 (水)	ミートボール 温野菜 豆腐汁 オレンジ	せんべい ヤクルト	麦茶 麩菓子	ご飯		323	12.7	11.1	1.9
26 (木)	筑前煮 スクランブルエッグ 大根汁 みかん	ビスコ 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯	親子スキー	353	16.7	13.5	1.6
27 (金)	焼きそば ウインナー 牛乳 伊予柑	おにぎり ジョア	ゼリー	焼きそば		474	18.3	17.2	1.6
28 (土)	クリームサンド 中華ソテー 牛乳 バナナ	せんべい 野菜生活	麦茶 ビスコ	クリームサンド	スキー遠足	539	17.9	19.0	1.3
29 (日)									
30 (月)	コロコロスープ ササミ揚げ 青菜のごま和え オレンジ	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		321	18.8	12.0	1.7
31 (火)	焼魚 三色和え 青菜汁 伊予柑	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		323	20.5	8.4	1.1

* 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