

こんげつの よてい こんだてひょう



平成24年 3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		144時 - (Kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	食塩相当 量 (g)
1 (木)	ちらしずし すまし汁 ホイル焼き いちご	誕生ケーキ 麦茶 ひなあられ カルピス		ちらしずし	雛祭り・誕生会	441	20.0	16.3	1.3
2 (金)	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 オレンジ	野菜生活 ビスケット	プリン	卵とじそうめん		397	11.1	11.1	1.8
3 (土)	クリームサンド 牛乳 春雨サラダ パナナ	ヤクルト400 せんべい	麦茶 ビスコ	クリームサンド		563	18.3	18.3	1.5
4 (日)									
5 (月)	おいとん汁 笹釜揚げ 青菜のごま和え 伊予柑	手作りヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		344	11.4	12.1	2.0
6 (火)	さばの味噌煮 ポテトサラダ 白菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		352	18.7	18.5	1.6
7 (水)	鶏唐揚げ 温野菜 なめこ汁 いちご	野菜生活 せんべい	ヨーク ビスケット	ご飯	さくらさんリクエスト献立	305	13.9	13.4	1.6
8 (木)	五目納豆 さつまいもの甘煮 若布汁 パナナ	牛乳 ビスコ	麦茶 玉子ポーロ	ご飯		413	18.3	16.0	2.8
9 (金)	和風スパゲティー レバーの甘辛煮 牛乳 伊予柑	ジョア きなこ団子	手作りヨーグルト	和風スパゲティー		441	16.5	15.1	1.7
10 (土)	ソフトフランスピーナッツ 野菜ソテー 牛乳 パナナ	りんごゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランスピーナッツ		498	14.0	16.8	0.6
11 (日)									
12 (月)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 パナナ	のむヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		361	15.9	15.2	2.2
13 (火)	焼き魚 かぼちゃサラダ 豆腐汁 いちご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		302	19.6	12.4	1.5
14 (水)	チキンカツ せんキャベツ 青菜とえのき汁 甘夏	ヤクルト400 せんべい	牛乳プリン	ご飯		305	13.1	11.8	0.9
15 (木)	酢豚 花型卵 大根汁 オレンジ	牛乳 カップケーキ	麦茶 麩菓子	ご飯		402	16.2	21.0	1.7
16 (金)	焼きそば ウィナー 牛乳 伊予柑	プリン せんべい	手作りヨーグルト	焼きそば		421	16.8	20.4	1.6
17 (土)	おみやげ			おみやげ	卒園式	577	26.8	31.9	2.3
18 (日)									
19 (月)	ワンタンスープ ササミ揚げ 三色和え オレンジ	フルーツヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		304	17.3	9.0	3.1
20 (火)					春分の日				
21 (水)	チーズハンバーグ 温野菜 豆麩汁 伊予柑	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		367	19.1	15.6	2.0
22 (木)	焼き魚 スパサラダ なめこ汁 いちご	スポロン せんべい	手作りヨーグルト	ご飯		310	17.0	9.0	0.9
23 (金)	お別れバイキング	パフェ	ゼリー	ご飯	お別れ会	654	21.7	33.0	1.8
24 (土)	クロワッサンサンド 中華ソテー 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		588	14.1	30.1	1.7
25 (日)									
26 (月)	春キャベツシチュー 竹輪の甘煮 牛乳 パナナ	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		302	10.7	9.7	0.9
27 (火)	さんまの甘煮 マセドアンサラダ 若布汁 いちご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		413	17.5	22.7	2.2
28 (水)	焼肉 ビーフンソテー 卵スープ 甘夏	野菜生活 ビスケット	プリン	ご飯		338	12.2	15.6	1.4
29 (木)	ひじきの寄せ煮 花型卵 青菜汁 オレンジ	牛乳 焼き芋	手作りヨーグルト	ご飯		445	21.5	18.1	1.8
30 (金)	カレーうどん 青菜和え 牛乳 いちご	牛乳プリン せんべい	ヨーク ビスケット	カレーうどん		398	13.6	12.9	3.6
31 (土)									

*材料の都合により献立を変更する場合があります。