

# こんげつの よてい こんだてひょう



平成23年 7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		材料 - (Kcal)	たんぱく 質(g)	脂質(g)	食塩相当 量(g)
1 (金)	夏野菜スパゲッティ レバーの甘辛 煮 牛乳 メロン	スポロン せんべい	プリン	夏野菜スパゲッティ		448	16.3	15.2	1.5
2 (土)	チョコサンド 牛乳 野菜ソテー オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	チョコサンド		492	11.7	18.3	0.6
3 (日)									
4 (月)	コーンシチュー 竹輪の甘煮 牛乳 メロン	プリン せんべい	りんごジュース クラッカー	ご飯		375	15.6	11.7	1.0
5 (火)	焼き魚 マカロニサラダ 豆麴汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		318	19.4	11.6	1.8
6 (水)	ヒレカツ 温野菜 若布汁 バナナ	フルーツヨーグルト 小魚	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		347	18.0	11.2	2.3
7 (木)	五色煮 厚焼き卵 青菜汁 オレンジ	野菜生活 お好み焼き	麦茶 ふかし	ご飯		422	19.1	17.5	2.0
8 (金)	マーボーそうめん 青菜和え 牛乳 バナナ	ジョア おにぎり	スポロン せんべい	マーボーそうめん		521	21.2	10.5	3.9
9 (土)	メロンパン 牛乳	バナナ	手作りヨーグルト	メロンパン		364	11.2	11.2	0.3
10 (日)									
11 (月)	コロコロスープ 笹かま揚げ ポイル 野菜 メロン	のむヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯		303	9.2	13.0	2.4
12 (火)	ししゃも揚げ 土佐和え 豆腐汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		329	21.3	15.4	2.4
13 (水)	照り焼きチキン ごほうサラダ なめこ汁 すいか	牛乳 手作りドーナツ	手作りヨーグルト	ご飯		366	17.2	17.8	2.2
14 (木)	五目納豆 さつまいもの甘煮 青菜とえのき汁 キウイ	ヤクルト せんべい	麦茶 クラッカー	ご飯		372	15.3	10.6	1.9
15 (金)	冷やし中華 フライドポテト とうもろこし 牛乳 フルーツ盛り合わせ	麦茶 誕生ケーキ アイ		冷やし中華	誕生会	507	15.4	19.3	1.5
16 (土)	ソフトフランスピーナッツパン 牛乳 春雨ソテー オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット	ソフトフランスピーナッツパン		413	11.3	11.0	0.6
17 (日)									
18 (月)					海の日				
19 (火)	焼肉 ビーフンソテー 卵スープ メロン	牛乳 フレンチトースト	りんごジュース せんべい	ご飯		471	20.4	23.2	2.2
20 (水)	たらこの磯辺揚げ 青菜のごま和え 大根汁 オレンジ	手作りヨーグルト 小魚	バナナ	ご飯		302	15.0	13.9	2.0
21 (木)	肉じゃが煮 スクランブルエッグ 若布汁 キウイ	牛乳 とうもろこし	手作りヨーグルト	ご飯		328	15.4	11.7	1.8
22 (金)	五目焼きうどん ウインナー 牛乳 すいか	アイス	ゼリー	五目焼きうどん		440	16.0	19.9	2.8
23 (土)	焼きそばパン 豆乳 きのことソテー バナナ	ジョア せんべい	麦茶 ビスケット	焼きそばパン		579	20.8	19.5	1.5
24 (日)									
25 (月)	トマトカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯		304	11.6	12.0	2.6
26 (火)	さばの味噌煮 スパサラダ 青菜汁 メロン	牛乳 ラスク	バナナ	ご飯		365	18.9	14.8	1.5
27 (水)	焼売 三色和え 豆腐汁 バナナ	野菜生活 とうもろこし	プリン	ご飯		459	13.3	7.1	1.6
28 (木)	マーボー茄子 花型卵 若布汁 キウイ	牛乳 じゃが丸くん	麦茶 玉子ボーロ	ご飯		353	20.0	15.3	2.6
29 (金)	野菜焼きそば ウインナー 牛乳 すいか	牛乳プリン せんべい	手作りヨーグルト	野菜焼きそば		396	15.1	18.6	1.5
30 (土)	甘バターサンド ポテトサラダ 牛乳 オレンジ	アイス	麦茶 ビスコ	甘バターサンド		575	13.8	23.3	0.7
31 (日)									

\*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