

こんげつの よてい こんだてひょう



平成23年 12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		1食分 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1 (木)	五目きんぴら スクランブルエッグ 青菜汁 バナナ	ビスケット 牛乳	ヨーグ センべい	ご飯		349	15.1	15.9	1.6
2 (金)	焼きそば ウインナー 牛乳 オレンジ	ゼリー センべい	麦茶 ビスケット	焼きそば		400	13.8	17.4	1.3
3 (土)	おみやげ			おみやげ	発表会				
4 (日)									
5 (月)	アップルカレー 小女子甘煮 牛乳 バナナ	手作りヨーグルト 昆布	りんごジュース センべい	ご飯		360	11.7	14.2	2.7
6 (火)	まぐろの竜田揚げ 土佐和え 青菜とえのき汁 りんご	フレンチトースト 牛乳	バナナ	ご飯		387	18.0	20.7	1.7
7 (水)	煮込みハンバーグ 温野菜 若布汁 バナナ	せんべい ヤクルト 400	麦茶 麩菓子	ご飯		330	13.0	10.8	1.8
8 (木)	ひじきの寄せ煮 花型 豆腐汁 りんご	ビスコ 牛乳	ゼリー	ご飯		327	16.6	15.0	1.7
9 (金)	和風スパゲティー レバー甘辛煮 牛乳 みかん	フリン センべい	手作りヨーグルト	和風スパゲティー		439	18.4	17.3	1.6
10 (土)	ピーナッツサンド きのことソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	ピーナッツサンド		480	15.4	18.2	0.6
11 (日)									
12 (月)	冬野菜シチュー 竹輪の甘煮 牛乳 りんご	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース センべい	ご飯		350	16.5	11.6	1.3
13 (火)	さんまの甘煮 かぼちゃサラダ 大根汁 オレンジ	牛乳 ミルクリッチ	バナナ	ご飯		425	15.2	22.0	1.6
14 (水)	千キンカツ キャベツ和え 煮豆 豆麩汁 バナナ	じゃが丸くん 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		407	20.6	12.0	3.1
15 (木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 若布汁 みかん	ビスケット 野菜生活	麦茶 卵ポーロ	ご飯		318	12.0	11.3	1.4
16 (金)	お子様ランチ	麦茶 ケーキ アイス		わかめご飯	誕生会	327	16.4	13.5	1.7
17 (土)	チョコサンド マセドアンサラダ 牛乳 りんご	せんべい スポロン	麦茶 ビスケット	チョコサンド		523	13.4	16.3	0.4
18 (日)									
19 (月)	栄養ういとん汁 笹笠の磯辺揚げ 青菜のごま和え りんご	フルーツヨーグルト 小魚	りんごジュース センべい	ご飯		384	15.3	12.6	1.9
20 (火)	焼魚 春雨サラダ 豆麩汁 みかん	甘バターパン 牛乳	バナナ	ご飯		317	17.4	10.5	1.6
21 (水)	五目納豆 冬至かぼちゃ 大根汁 バナナ	おにぎり 牛乳	スポロン センべい	ご飯		529	21.1	15.3	2.6
22 (木)	ご飯 照り焼きチキン スパサラダ フライドポテト 若布スープ オレンジ	クラッカー チーズ ジョア	フリン	ご飯	冬至・クリスマス会	345	11.8	14.6	1.5
23 (金)					天皇誕生日				
24 (土)	焼きそばパン 牛乳 きんぴらごぼう りんご	牛乳フリン センべい	麦茶 ビスコ	焼きそばパン		586	19.2	19.6	1.5
25 (日)									
26 (月)	千キンカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	飲むヨーグルト 昆布	オレンジジュース センべい	ご飯		314	11.9	14.9	2.2
27 (火)	たらのタルタルソース 青菜和え 豆腐汁 みかん	ミニセサミパン 牛乳	バナナ	ご飯		315	17.9	14.9	1.7
28 (水)	焼肉 ビーフンソテー 卵スープ りんご	カップケーキ 野菜生活	麦茶 卵ポーロ	ご飯		439	14.8	19.2	2.2
29 (木)	切り干し大根煮 花型卵 青菜汁 オレンジ	せんべい 牛乳	ゼリー	ご飯		336	16.3	14.0	1.6
30 (金)	メロンパン 牛乳 みかん	フリン センべい	麦茶 ビスケット	メロンパン		506	15.0	15.7	0.3
31 (土)									

*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