

# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成26年 6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)	アスパラカレー シャキシャキサラダ 福神漬け オレンジ 牛乳	手作りヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		355	10.2	18.3	1.5
3 (火)	ししゃもフライ 土佐和え キャベツの味噌汁 キウイ	カップケーキ 牛乳	バナナ	ご飯		449	17.2	23.7	1.8
4 (水)	焼肉 ナムル たら卵汁 バナナ	おやつパン 牛乳	ゼリー	ご飯		319	14.4	14.4	1.7
5 (木)	五目納豆 さつまいもの甘煮 若布汁 キウイ	せんべい ジョア	手作りヨーグルト	ご飯		371	20.0	11.3	2.6
6 (金)	和風スパゲッティ ささみ揚げ 野菜スープ オレンジ	ビスコ 野菜生活	せんべい ヨーク	和風スパゲッティ		271	7.9	5.5	1.4
7 (土)	メロンパン ジャーマンポテト 牛乳 バナナ	ビスコ せんべい	麦茶 玉子ポーロ	クリームサンド		564	19.1	20.5	1.3
8 (日)									
9 (月)	アロココリーシチュー 厚揚げちくわ煮 牛乳 オレンジ	飲むヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		419	21.5	15.1	1.6
10 (火)	カレイのマリネ キャベツ和え 大根汁 キウイ	せんべい ヤクルト	バナナ	ご飯		336	13.1	12.4	1.1
11 (水)	チンジャオロース ジャがバター 若布汁 バナナ	揚げパン 牛乳	麦茶 ビスコ	ご飯		408	16.6	17.8	3.6
12 (木)	五色煮 フレーンオムレツ すまし汁 キウイ	ビスケット 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		343	16.7	17.0	2.5
13 (金)	オムライス 照焼きチキン コールスロー 牛乳 オレンジ	ケーキ 麦茶 アイス		ご飯	お誕生会	555	23.5	20.9	1.4
14 (土)	ソフトフランスピーナッツ ビーフソテー 牛乳 キウイ	バナナ	麦茶 玉子ポーロ	ソフトフランスピーナッツ		517	15.0	16.6	0.6
15 (日)									
16 (月)	アスパラスープ まさごあげ キャベツ漬 キウイ	フルーツヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		319	17.0	11.0	2.4
17 (火)	松風焼 温野菜 青菜汁 オレンジ	せんべい スポロン	バナナ	ご飯		291	14.3	8.3	1.5
18 (水)	焼魚 ポテトサラダ えのき汁 バナナ	おやつパン 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯		351	17.6	10.3	1.5
19 (木)	じゃが芋ひき肉煮 厚焼卵 若布汁 キウイ	クラッカー チーズ スポロン	手作りヨーグルト	ご飯		336	13.0	11.7	2.3
20 (金)	三色そうめん 天ぷら 牛乳 オレンジ	せんべい ジョア	麦茶 ビスケット	三色そうめん		402	16.6	10.6	2.0
21 (土)	ツナコーン ボルシチ 牛乳 バナナ	ビスコ 野菜生活	プリン	ツナコーン		532	16.0	18.5	2.9
22 (日)									
23 (月)	赤魚の煮魚 マカロニサラダ えのき汁 キウイ	手作りヨーグルト あたりめ	オレンジジュース せんべい	ご飯		312	21.1	9.4	2.5
24 (火)	けんちん汁 回鍋肉 きゅうり塩漬け オレンジ	ちまき 麦茶	バナナ	ご飯	ちまき作り	309	13.4	5.8	2.1
25 (水)	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ すまし汁 バナナ	おやつパン 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		406	20.3	17.9	3.4
26 (木)	ユーリンチ 三色和え 若布汁 オレンジ	せんべい スポロン	麦茶 ビスケット	ご飯		351	14.6	14.1	2.5
27 (金)	焼きそば ウインナー 牛乳 キウイ	ビスコ 気になる野菜	せんべい ヨーク	焼きそば		399	13.3	17.0	1.5
28 (土)	ポーカカレー 小女子 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ぶがし	ご飯	お話し会	310	11.9	11.6	1.5
29 (日)									
30 (月)	肉団子スープ 金平ごぼう キャベツのもみ漬 キウイ	手作りヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		283	8.5	9.1	4.2

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。