

こんげつの よてい こんだてひょう

平成26年 9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 (月)	きのかカレー 小女子甘煮 牛乳 キウイ	ヨーグルト せんべい	りんごジュース ビスケット	ご飯		310	13.1	11.6	1.6
2 (火)	さんまのかぼ焼き ごぼうサラダ 若布汁 オレンジ	ポテトのチーズ焼き 野菜生活	バナナ	ご飯		404	16.1	20.0	2.7
3 (水)	ミートローフ 土佐和え 大根汁 バナナ	おやつパン 牛乳	スポロン せんべい	ご飯		313	14.3	12.1	1.7
4 (木)	ひじきの寄せ煮 野菜入り卵焼き 豆麩汁 梨	せんべい ヤクルト	麦茶 卵ポーロ	ご飯		387	19.3	15.1	2.0
5 (金)	五目おこわ 松風焼 ナムル なめこ汁 ぶどう	誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム		五目おこわ	誕生会	434	20.9	17.5	2.1
6 (土)	チョコサンド 厚揚げの中華煮 牛乳 オレンジ	バナナ	ゼリー	チョコサンド		495	17.2	20.7	1.0
7 (日)									
8 (月)	お月見汁 鶏肉のさっぱり煮 えのき和え 梨	フルーツヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯	十五夜	318	15.6	10.0	2.9
9 (火)	焼魚 スパサラダ すまし汁 ぶどう	スポロン せんべい	バナナ	ご飯		315	17.7	8.4	3.8
10 (水)	ヒレカツ キャベツ和え なめこ汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	麦茶 卵ポーロ	ご飯		305	18.6	11.2	1.8
11 (木)	五目納豆 さつま芋甘煮 若布汁 キウイ	ジョア チーズクッキー	フリン	ご飯		395	20.4	14.3	2.5
12 (金)	きのかスパゲティー レバー甘辛煮 野菜スープ 梨	きなこ団子 牛乳	ヨーク せんべい	きのかスパゲティー		509	20.1	16.7	2.0
13 (土)	甘バターサンド 中華ソテー 牛乳 バナナ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	甘バターサンド		569	12.6	17.8	0.7
14 (日)									
15 (月)					敬老の日				
16 (火)	焼肉 ビーフンソテー 卵スープ バナナ	飲むヨーグルト 小魚	りんごジュース せんべい	ご飯		346	17.2	16.1	2.2
17 (水)	白身魚のタルタルソース 青菜和え 根菜汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		318	16.9	15.8	1.3
18 (木)	親子煮 塩昆布漬 青菜汁 ぶどう	フリン せんべい	スポロン ビスケット	ご飯		337	17.1	15.3	1.5
19 (金)	ジャージャー麺 コールスローサラダ 牛乳 梨	おはぎ 麦茶	ヨーグルト	ジャージャー麺		450	15.2	14.3	1.8
20 (土)	ハンバーガー 春雨サラダ 牛乳 オレンジ	ヤクルト せんべい	麦茶 ビスケット	ハンバーガー		533	18.8	18.2	1.9
21 (日)									
22 (月)	コロコロスープ ササミ揚げ ごま和え ぶどう	ジョア せんべい	オレンジジュース せんべい	ご飯		315	18.4	9.0	3.2
23 (火)					秋分の日				
24 (水)	ミートボール 温野菜 えのき汁 キウイ	カレーパン 牛乳	バナナ	ご飯		509	22.8	23.4	3.1
25 (木)	里芋の煮物 ス克蘭フルエッグ 豆麩汁 オレンジ	ビスコ 牛乳	牛乳フリン	ご飯		302	13.4	12.4	1.6
26 (金)	焼きそば ウィンナー 牛乳 梨	ぶどうジュース せんべい	麦茶 麩菓子	焼きそば		396	13.6	17.7	1.5
27 (土)	芋煮				運動会				
28 (日)									
29 (月)	さつま芋シチュー 竹輪の甘煮 牛乳 キウイ	ヨーグルト せんべい	りんごジュース ビスケット	ご飯		318	15.1	8.8	1.1
30 (火)	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ 若布汁 オレンジ	ビスケット 牛乳	バナナ	ご飯		333	17.3	16.9	1.9

* 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