

こんげつの よてい こんだてひょう

平成26年 11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 (土)	チョコサンド 牛乳 中華ソテー オレンジ	スポロン せんべい	麦茶 ビスコ	チョコサンド		502	14.3	18.4	0.7	
2 (日)										
3 (月)					文化の日					
4 (火)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	ヨーグルト 昆布	ぶどうジュース せんべい	ご飯	りんご持り	321	10.7	16.8	2.2	
5 (水)	ヒレカツ キャベツ和え わかめ汁 りんご	牛乳 ピザトースト	バナナ	ご飯		408	19.8	16.4	2.4	
6 (木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 豆醤汁 バナナ	牛乳 ホットケーキ	麦茶 玉子ポーロ	ご飯		408	15.3	14.1	1.8	
7 (金)	焼きそば ウインナー 牛乳 みかん	ジョア せんべい	牛乳フリン	焼きそば		405	17.4	17.5	1.5	
8 (土)	ソフトフランスビーナッツ 牛乳 (お持ち帰り)	バナナ	スポロン せんべい	ソフトフランスビーナッツ		297	7.9	7.4	0.1	
9 (日)										
10 (月)	コーンシチュ 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 みかん	ヨーグルト あたため	フルーツジュース せんべい	ご飯		304	18.0	9.5	1.2	
11 (火)	さばの味噌煮 マセドアンサラダ 煮豆 すまし汁 りんご	ヤクルト せんべい	バナナ	ご飯		423	16.9	11.8	2.1	
12 (水)	松風焼き 温野菜 青菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	麦茶 麩菓子	ご飯		300	16.2	10.5	1.4	
13 (木)	切干大根の含め煮 キッシュ なめこ汁 バナナ	牛乳 スイートポテト	スポロン せんべい	ご飯		499	14.7	15.9	1.6	
14 (金)	手巻き寿司 鶏肉の照焼き 牛乳 オレンジ	麦茶 誕生ケーキ アイスクリーム		手巻き寿司	誕生会	518	26.5	26.8	1.9	
15 (土)	甘バターサンド 牛乳 きのことソテー みかん	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	甘バターサンド	七五三	586	13.6	21.1	0.5	
16 (日)										
17 (月)	ポトフ 鶏肉のサッパリ煮 青菜のおかか 和え オレンジ	フルーツヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		303	16.8	11.2	1.8	
18 (火)	焼魚 ポテトサラダ すまし汁 みかん	ヤクルト せんべい	バナナ	ご飯		343	15.5	13.3	2.1	
19 (水)	焼肉 ナムル えのき汁 バナナ	牛乳 おやつパン	フリン	ご飯		302	12.5	13.9	1.2	
20 (木)	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ 白菜汁 りんご	牛乳 じゃが乳くん	麦茶 玉子ポーロ	ご飯		614	39.7	32.9	2.5	
21 (金)	ミートソース コールスローサラダ 野菜スープ みかん	野菜生活 ビスケット	ヨーク せんべい	ミートソース		323	10.2	8.3	3.0	
22 (土)	クリームサンド 牛乳 ビーフンソテー オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	クリームサンド		481	16.4	19.1	1.2	
23 (日)										
24 (月)						勤労感謝の日 振替休日				
25 (火)	さわらの照焼き マカロニサラダ 豆腐汁 バナナ	のびヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		310	16.2	12.6	2.3	
26 (水)	油淋鶏 青菜のゴマ和え すまし汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		334	14.6	17.7	2.3	
27 (木)	五目納豆 さつま芋甘煮 大根汁 りんご	野菜生活 チーズクラッカー	ゼリー	ご飯		395	16.1	15.8	2.3	
28 (金)	カレーうどん ごほうサラダ 牛乳 みかん	ジョア おにぎり	スポロン せんべい	カレーうどん		492	16.8	12.0	3.8	
29 (土)	サンドイッチ 豆乳 春雨サラダ オレンジ	フリン せんべい	麦茶 ビスケット	サンドイッチ		624	23.1	20.3	1.9	
30 (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