



平成27年6月 献立表



日	曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー Kcal	タンパク g	脂質 g	食塩相当量 g	備考
		副食	間食 (PM)	間食 (AM)	主食					
1	月	タラの磯部揚げ 土佐和え すまし汁 オレンジ	フルーツヨーグル ト 小魚	リンゴジュース せ んべい	ご飯	259	12.5	5.2	1.9	
2	火	ブロッコリーシチュー ちく わ厚揚げ煮 牛乳 キウイ	ヤクルト せんべい	バナナ	ご飯	365	13.4	9.5	0.8	
3	水	焼肉 ビーフンソテー とろ りんスープ バナナ	牛乳 おやつパン	ミルクプリン	ご飯	478	20.6	20.1	1.2	
4	木	豚肉とピーマンの炒め物 野 菜入り卵焼き 若布汁 メロ	プリン せんべい	麦茶 麩菓子	ご飯	454	15.7	17.1	1.6	
5	金	カレーうどん ごぼうサラダ 牛乳 すいか	野菜生活 ビスケット	ヨーク せんべい	カレーうどん	432	14.4	10.6	3.2	
6	土	チョコサンド 春雨サラダ 牛乳 バナナ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	チョコサンド	546	13.4	15.1	1.6	
7	日									
8	月	ブロッコリーカレー 小女子 甘煮 牛乳 キウイ	ヨーグルト 昆布	果実ジュース せん べい	ご飯	400	14.1	13.4	2.2	
9	火	焼き魚(鮭) ポテトサラダ すまし汁 すいか	スポロン せんべい	バナナ	ご飯	311	16	7.4	1.2	
10	水	ミートボール 青菜のごま和 え 豆麩汁 オレンジ	牛乳 ピザトースト	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	519	19.9	23.5	2.3	
11	木	きんぴらごぼう かぼちゃ キッシュ なめこ汁 キウイ	ジョア チーズ ゴ マクラッカー	ゼリー	ご飯	487	21.3	15.6	1.8	
12	金	照り焼きチキン コールスロー サラダ 牛乳 オムライス メ	誕生ケーキ 麦茶 アイス		ご飯	576	18.6	30.6	1.9	誕生会
13	土	ピーナツサンド コーンサラ ダ 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	ピーナツサン ド	550	17.2	25.2	1.4	
14	日									
15	月	鶏肉のさっぱり煮 青菜和え コロコロスープ オレンジ	飲むヨーグルト す るめ	スポロン せんべい	ご飯	314	16	7.2	1.5	
16	火	さばの味噌煮 マカロニサラ ダ 豆腐汁 キウイ	プリン せんべい	バナナ	ご飯	378	15.5	12.7	2.1	
17	水	ポテトコロケ 温野菜 わ かめ汁 メロン	牛乳 おやつパン	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	410	14.7	15.6	2	
18	木	五目昆布煮 スクランブル エッグ 青菜汁 バナナ	牛乳 ちまき	ヨーク せんべい	ご飯	540	18.3	23.9	2.4	ちまき作り
19	金	焼きそば ウインナー 牛乳 バナナ	ヤクルト せんべい	ヨーグルト	焼きそば	498	17.8	17.9	1.4	
20	土	ソフトフランス あんバター 中華ソテー 牛乳 オレンジ	野菜生活 ビスケット	麦茶 ビスコ	ソフトフランス	580	17	22.9	1.5	
21	日									
22	月	かぼちゃシチュー ちくわ厚 揚げ煮 牛乳 すいか	ヨーグルト 昆布	ぶどうジュース せ んべい	ご飯	380	14.9	9.6	1.3	
23	火	赤魚の煮物 スパゲティサラ ダ わかめ汁 メロン	果実ジュース せん べい	バナナ	ご飯	257	9.6	4.9	1.7	
24	水	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 キウイ	牛乳 おやつパン	ヨーク せんべい	ご飯	422	17.4	14.3	2.3	
25	木	肉じゃが 厚焼き卵 大根汁 オレンジ	牛乳 ビスコ	プリン	ご飯	453	15.1	18.7	1.3	
26	金	和風スパゲティー レバーの 甘辛煮 牛乳 キウイ	ジョア おにぎり	麦茶 麩菓子	和風スパゲ ティー	607	23.1	16.2	1.2	
27	土	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 福神漬け オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯	370	10.9	11.3	1.6	カレーパー ティー
28	日									
29	月	まさご揚げ ゴマ和え けん ちん汁 キウイ	飲むヨーグルト 小 魚	リンゴジュース せ んべい	ご飯	375	17.7	12.3	1.6	
30	火	松風焼き キャベツ和え な めこ汁 メロン	スポロン せんべい	バナナ	ご飯	324	14.3	6.6	1.3	

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。