

# 平成28年9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 木	じゃが芋のひき肉煮 花型卵 なす汁 オレンジ	野菜生活 せんべい	牛乳プリン	ご飯	309	12.4	11.3	1.3	
2 金	三色そうめん 天ぷら 牛乳 梨	アイス	ヨーク せんべい	三色そうめん	523	15.1	19.9	1.7	
3 土	チョコサンド マカロニサラダ 牛乳 ぶどう	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	チョコサンド	667	19.6	22.8	1.8	
4 日									
5 月	さつまいもシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 キウイ	ヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	387	15.1	15.3	0.9	
6 火	きのこハンバーグ 温野菜 わかめ汁 オレンジ	スポロン せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	390	23.9	14.5	1.9	
7 水	白身魚のタルタルソース 青菜和え 大根汁 梨	牛乳 ピザパン	バナナ	ご飯	510	24.4	27.1	1.9	
8 木	鶏肉の治部煮 かぼちゃキッシュ 豆麩汁 ぶどう	ヤクルト せんべい	ゼリー	ご飯	352	13.3	9.8	1.7	
9 金	松風焼き 青菜和え なめこ汁 ぶどう 五目おこわ	麦茶 誕生ケーキ アイス		五目おこわ	500	17.1	22.8	1.3	誕生会
10 土	ソフトフランスピーナツパン 春雨ソテー 牛乳 バナナ	プリン せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランス ピーナツパン	557	17.1	19.5	2.2	
11 日									
12 月	秋野菜カレー 小女子甘煮 牛乳 梨	ヨーグルト するめ	野菜ジュース せんべい	ご飯	318	14	13.4	1.1	
13 火	チキンカツ キャベツ和え 青菜汁 ぶどう	牛乳 ビスケット	麦茶 麩菓子	ご飯	390	20.5	18	1.5	
14 水	焼き魚(鮭) 和風ポテトサラダ すまし汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	346	20.3	14.8	1.7	
15 木	五目昆布煮 スクランブルエッグ 豆麩汁 梨	フルーツジュース せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯	310	11.7	9.3	2.5	十五夜
16 金	和風スパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 バナナ	ジョア 焼き芋	プリン	和風スパゲッ ティ	600	27.7	16.3	1	
17 土	甘バターサンド ジャーマンポテト 牛乳 ぶどう	バナナ	麦茶 ビスコ	甘バターサン ド	524	17.3	20.8	1.5	
18 日									
19 月									
20 火	焼肉 ビーフソテー とろりんスープ 梨	牛乳 おやつパン	ぶどうジュース せんべい	ご飯	427	20.2	21.6	2.1	
21 水	さんまの甘煮 かぼちゃサラダ なす汁 ぶどう	麦茶 おはぎ	バナナ	ご飯	505	19.3	19.2	1.2	
22 木									
23 金	きつねうどん 竹輪の磯部揚げ 牛乳 バナナ	ヤクルト ビスコ	ヨーグルト	きつねうどん	369	11.8	8.3	2.1	
24 土	クロワッサンサンド ポルシチ 牛乳 梨	スポロン せんべい	麦茶 ビスケット	クロワッサン サンド	663	17.5	35.4	2.2	
25 日									
26 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳 バナナ	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	366	13.6	14.2	2.3	
27 火	鶏肉のバーベキューソース ナムル なめこ汁 オレンジ	牛乳 カップケーキ	牛乳プリン	ご飯	460	17.2	25.3	2.1	
28 水	かつおの竜田揚げ 土佐和え すまし汁 ぶどう	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	341	19.5	14.6	1.8	
29 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 わかめ汁 梨	野菜生活 ビスコ	ヨーク せんべい	ご飯	319	11.2	12.2	1.9	
30 金	焼きそば ウインナー 牛乳 バナナ	ジョア チーズ クラッカー	麦茶 ビスケット	焼きそば	577	24.9	23.8	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