



平成28年11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 火	ヒレカツ 千切キャベツ えのき汁 みかん	ヤクルト せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	314	15.3	6.3	1.5	
2 水	ホイル焼き 春雨サラダ すまし汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	313	17.4	12.8	1.6	
3 木									文化の日
4 金	トマトクリームスパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 りんご	野菜生活 ポテトのチーズ焼き	ゼリー	トマトクリーム スパゲティ	507	21.9	18.6	2.1	
5 土	ソフトフランス あんバター コーンサラダ 牛乳 みかん	バナナ	麦茶 ビスケット	ソフトフランス あんバター	469	17.7	16.2	1.4	
6 日									
7 月	コーンシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳 グレープフルーツ	ヨーグルト 昆布	ぶどうジュース せんべい	ご飯	317	14	13	1.2	
8 火	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	スポロン せんべい	プリン	ご飯	366	11	12.4	1.8	りんご狩り
9 水	赤魚の煮魚 ブロッコリーサラダ 豆腐汁 りんご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	327	15.1	13.4	1.2	
10 木	切干し大根の含め煮 野菜入り卵焼き 青菜汁 オレンジ	ジョア ビスコ	麦茶 ビスケット	ご飯	352	16.6	15.7	1.8	
11 金	照り焼きチキン ポテトサラダ なめこ汁 さつまいもご飯 みかん	誕生ケーキ 麦茶 アイス		さつまいもご 飯	548	16.5	28.6	1.2	誕生会
12 土	ソフトフランスピーナツパン 牛乳 みかん	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	ソフトフランス ピーナツパン	455	13.3	12	1.3	
13 日									
14 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳 グレープフルーツ	ヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	369	15.1	16	2	
15 火	チーズハンバーグ 温野菜 大根汁 みかん	フルーツジュース せんべい	ヨーグルト	ご飯	334	13	11.8	1.8	七五三
16 水	さわらのさっくり焼き 三色和え わかめ汁 りんご	牛乳 フルーツサンド	バナナ	ご飯	437	21.3	20.8	1.9	
17 木	マーボー豆腐 花型卵 豆麩汁 オレンジ	牛乳 ビスケット	麦茶 麩菓子	ご飯	330	19.6	14.8	1.8	
18 金	焼きうどん ウィンナー 牛乳 りんご	ジョア チーズ いも花子	ヨーク せんべい	焼きうどん	463	19.7	19.7	1.7	
19 土	チョコサンド 中華ソテー 牛乳 みかん	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	チョコサンド	516	15.7	17.8	1.1	
20 日									
21 月	鶏肉のさっぱり煮 スパゲティサラダ けんちん汁 スイーティー	フルーツヨーグルト 昆布	スポロン せんべい	ご飯	338	16.1	15.3	1.9	
22 火	花焼売 温野菜 なめこ汁 みかん	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	326	13.7	12.3	1.1	
23 水									勤労感謝の日
24 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 青菜汁 オレンジ	牛乳 アップルパイ	ヨーク せんべい	ご飯	342	13.9	15.3	1.8	
25 金	ちゃんぽんうどん 天ぷら 牛乳 りんご	ヤクルト せんべい	牛乳プリン	ちゃんぽんう どん	405	13	12	2	
26 土	エッグパン ジャーマンポテト 牛乳 みかん	野菜生活 ビスコ	麦茶 せんべい	エッグパン	550	14.4	24.1	1.7	
27 日									
28 月	きのこカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	ヨーグルト 小魚	フルーツジュース せんべい	ご飯	361	13.3	15.5	1.8	
29 火	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ スイーティー	プリン せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	397	15.6	17	2	
30 水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ わかめ汁 みかん	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	383	22	15.9	1.6	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。