



# 平成29年7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	行 事
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜ソテー 牛乳 キウイ	プリン せんべい	麦茶 ビスコ	ソフトフランス	538	15.9	19.5	1.8	
2 日									
3 月	トマトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 オレンジ	ヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	350	14.9	16.5	1.1	
4 火	チキンカツ キャベツ和え わかめ汁 すいか	野菜ジュース とうもろこし	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	412	22.4	15.8	1.7	
5 水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ 豆麩汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	359	20.6	15.3	1.2	
6 木	マーボーナス 花型卵 きゃべつ汁 とうもろこし オレンジ	牛乳 手作りドーナツ	ヨー ク せんべい	ご飯	432	18.6	16.5	1.7	
7 金	豚おろしそうめん かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 メロン	ジョア おにぎり	ヨーグルト	豚おろしそ う め ん	363	15.4	5.9	2.4	
8 土	メロンパン 牛乳 バナナ		麦茶 せんべい	メロンパン	334	9.1	8.9	0.4	保育参観
9 日									
10 月	チーズカレー 小女子甘煮 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	308	12.5	13	1.8	
11 火	チーズハンバーグ 温野菜 豆腐汁 ポテトソテー メロン	スポン せんべい	麦茶 麩菓子	ご飯	348	14.3	9.8	2.2	
12 水	さんまのかば焼き 春雨サラダ すまし汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	457	18	23.4	2.3	
13 木	五目昆布煮 野菜入り卵焼き えのき汁 キウイ	牛乳 じゃが丸くん	ゼリー	ご飯	357	16.5	15.5	3	
14 金	照り焼きチキン とうもろこし 牛乳 冷やしうどん メロン	誕生ケーキ 麦茶 アイス		冷やしうどん	642	23	29.8	2.3	誕生会
15 土	チョコサンド グラタン 牛乳 オレンジ	ヤクルト せんべい	麦茶 ビスケット	チョコサンド	692	22.8	24.8	1.8	
16 日									
17 月	海の日								
18 火	ささ身揚げ ナムル わかめ汁 炒り豆腐 キウイ	フルーツヨーグルト 小魚	果実ジュース せんべい	ご飯	313	19.8	11.6	2.4	
19 水	カレイのマリネ ポテトサラダ なめこ汁 とうもろこし オレンジ	牛乳 カレーパン	バナナ	ご飯	514	25.5	22.3	1.5	
20 木	五色煮 かぼちゃキッシュ 豚汁 メロン	アイス	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	364	12.9	16	1.7	
21 金	焼きうどん グリーンサラダ とろりんスープ すいか	牛乳 ビスケット	プリン	焼きうどん	423	16.6	15.7	3	
22 土	カツサンド スパゲティサラダ 牛乳 キウイ	ジョア クラッカー	麦茶 ビスコ	カツサンド	699	27.1	26	1.8	
23 日									
24 月	ハッシュドポーク 竹輪のひき肉煮 牛乳 メロン	ヨーグルト いも花子	フルーツジュース せんべい	ご飯	371	13.8	16.6	1.8	
25 火	焼肉 ビーフンソテー 粉ふきいも レタスと卵のスープ グレープフルーツ	野菜ジュース とうもろこし	麦茶 麩菓子	ご飯	396	16.7	17.4	1.6	
26 水	五目納豆 さつま芋の甘煮 大根汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	ヨーグルト	ご飯	322	17	14.7	2	
27 木	かじきまぐろの竜田揚げ 土佐和え すまし汁 すいか	牛乳 ビスコ	バナナ	ご飯	432	19.3	22.7	1.2	
28 金	夏野菜のトマトスパゲッティ レバーの甘辛煮 わかめスープ キウイ	牛乳 チーズおにぎり	ヨー ク せんべい	スパゲッティ	510	18.2	15.6	3.2	
29 土	甘バターサンド かぼちゃサラダ 牛乳 グレープフルーツ	ジョア せんべい	麦茶 ビスコ	甘バターサ ン ド	628	25.2	22.8	1.4	
30 日									
31 月	コーンシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 キウイ	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	302	12	10.7	1.3	

\* 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