



平成29年10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 日									
2 月	鶏肉のさっぱり煮 もやし和え お月見汁 梨	ヨーグルト いも花子	リンゴジュース せんべい	ご飯	306	14.6	12.6	1.2	
3 火	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ 粉ふき芋 グレープフルーツ	野菜生活 クッキー	麦茶 麩菓子	ご飯	340	15.2	15.3	2.1	
4 水	ブリの照り焼き 和風ポテトサラダ えのき汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	400	19.8	19.7	1.8	
5 木	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 青菜汁 長芋のバター醤油ソテー ぶどう	牛乳 焼き芋	ヨーク せんべい	ご飯	388	17.7	14.3	2	
6 金	手巻き寿司 牛乳 オレンジ	ケーキ 麦茶 アイス		手巻き寿司	628	20.5	29	1.3	誕生会
7 土	ソフトフランスチョコパン チキンチャトラ 牛乳 梨	ジョア せんべい	麦茶 ビスコ	ソフトフラン スチョコパン	571	20.1	19.2	2.5	
8 日									
9 月									
10 火	ローストチキン ポパイソテー ニラ玉汁 梨	フルーツヨーグルト 昆布	果実ジュース せんべい	ご飯	304	13.6	15.8	1.6	
11 水	ししゃものから揚げ スパゲティサラダ なめこ汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	393	16.6	20.3	1.4	
12 木	八宝菜 花型卵 大根汁 ぶどう	ヤクルト せんべい	麦茶 せんべい	ご飯	317	13	16.3	1	敬老会
13 金	和風スパゲッティ レバーの甘辛煮 わかめ汁 グレープフルーツ	牛乳 スイートポテト	ゼリー	和風スパ ゲッティ	437	16.7	10.9	1.8	
14 土	親子わくわくらンド	バナナ	麦茶 玉子ポーロ	ソフトフランスビー ナツパン コーン サラダ 牛乳 梨					わくわくら ンド
15 日									
16 月	ささ身揚げ 青菜のごま和え のっぺい汁 オレンジ	ヨーグルト 小魚	野菜ジュース せんべい	ご飯	309	18	10.6	1.9	
17 火	ポークチャップ ホットシーザーサラダ コーンチャウダー グレープフルーツ	スロロン せんべい	麦茶 麩菓子	ご飯	446	16.9	20.5	2.2	
18 水	焼き魚(鮭) じゃが芋きんぴら 豆麩汁 ひじきサラダ ぶどう	牛乳 揚げパン	バナナ	ご飯	477	21.8	20.5	2	
19 木	切干し大根の含め煮 さつま芋キッシュ きゃべつ汁 バナナ	牛乳 ビスコ	ヨーク せんべい	ご飯	406	13.7	16.1	1.3	
20 金	焼きそば ウインナー 春雨スープ 梨	ジョア おにぎり	ヨーグルト	焼きそば	516	19.4	17.8	1.8	
21 土	3・4・5歳児 小遠足	プリン せんべい	麦茶 ビスコ	甘バターサンド マカロニサラダ 牛乳 バナナ					
22 日									
23 月	きのこカレー 中華サラダ 牛乳 梨	ヨーグルト いも花子	リンゴジュース せんべい	ご飯	358	11.2	14.7	1.9	
24 火	鶏肉のバーベキューソース ナムル きゃべつ汁 ぶどう	牛乳 ホットケーキ	麦茶 せんべい	ご飯	393	15.9	19	2.1	
25 水	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆麩汁 オレンジ	牛乳 メロンパン	バナナ	ご飯	506	19	16.2	1.8	
26 木	きんぴらごぼう ス克蘭ブルエッグ 豆腐汁 グレープフルーツ	ジョア ビスケット	プリン	ご飯	400	19.4	12.7	1.7	
27 金	おもち(あんこ ごま きなこ 納豆 つゆ) 漬物 みかん	ぶどうジュース せんべい		おもち	291	11.2	7.3	2.3	もちつき
28 土	ミルクリッチ ポトフ 牛乳 梨	バナナ	麦茶 麩菓子	ミルクリッチ	328	10.2	10.6	1	
29 日									
30 月	まさご揚げ 青菜和え 豚汁 みかん	ヨーグルト 昆布	フルーツジュース せんべい	ご飯	331	16.2	12.1	1.9	
31 火	チキンカツ 温野菜 わかめ汁 梨	牛乳 せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	367	19.8	16.3	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