




# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成20年 7月分

施設長	主任保育士	担当者
		

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(火)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 トマト グレープフルーツ 麦茶	牛乳 ラスク	牛乳 ビスケット	ご飯 青菜汁		371	15.9	18.8	2.1
2(水)	ヒレカツ 温野菜 金時煮豆 オレンジ 麦茶	牛乳 ポテトのチーズ焼き	野菜生活 玉子ポロ	ご飯 若布汁		376	23.7	13.2	3.6
3(木)	鮭焼魚 ポテトサラダ バナナ かき玉汁	のむヨーグルト せんべい	ももゼリー	ご飯 かき玉汁		363	21.3	10.0	2.5
4(金)	ポークカレー 小女子甘煮 メロン 牛乳	プリン	牛乳 ビスケット	カレーライス 牛乳		446	18.2	21.4	3.1
5(土)	牛乳 クロワッサンサンド 茹野菜 オレンジ	バナナ	ヤクルト せんべい	牛乳 クロワッサンサンド		677	17.7	34.0	2.4
6(日)									
7(月)	のっぺい汁 天ぷら 漬物物 キウイ	ヨーグルト 小魚	牛乳 カステラ	ご飯 のっぺい汁		219	11.2	6.9	2.7
8(火)	さんま煮魚 マセドアンサラダ グレープフルーツ 麦茶	牛乳 ロールサンド	バナナ	ご飯 青菜汁		526	23.7	29.1	3.6
9(水)	五目納豆 かぼちゃの甘煮 トマト オレンジ 麦茶	野菜ジュース クラッカー	牛乳 ビスケット	ご飯 かき玉汁		320	14.9	12.4	2.3
10(木)	マーボー茄子 卵焼き きゅうり漬 バナナ 麦茶	牛乳 くるみゆべし	ヤクルト せんべい	ご飯 若布汁		426	16.3	18.5	1.3
11(金)	三色そうめん 笹カマ揚げ 青菜そえ メロン	のむヨーグルト せんべい	牛乳 玉子ポロ	ご飯 三色そうめん		411	19.1	9.7	4.8
12(土)	カレーライス 漬物物 半月卵 バナナ 麦茶	牛乳 おみやげパン	ミルクプリン	カレーライス 麦茶	研修会	609	21.5	19.5	1.7
13(日)									
14(月)	コーンシチュー 竹輪と昆布甘煮 トマト ヨーグルトあえ	牛乳 小魚 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 シチュー		429	20.1	10.9	3.5
15(火)	鯉の竜田揚 土佐和え メロン 麦茶	牛乳 ジャムサンド	りんごゼリー	ご飯 かき玉汁		332	16.8	12.6	1.5
16(水)	イタリアンバーグ 温野菜 オレンジ 大根汁	野菜ジュース ホットケーキ	牛乳 玉子ポロ	ご飯 大根汁		252	13.8	7.3	2.8
17(木)	切干大根の含め煮 花卵 ヨーグルトあえ 麦茶	牛乳 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯 青菜汁		453	19.5	15.6	1.3
18(金)	冷やし中華 鶏手羽甘煮 青菜そえ すいか	アイスクリーム	牛乳プリン	冷やし中華	お誕生会	412	17.8	14.0	2.0
19(土)	牛乳 甘バターサンド きのご和え グレープフルーツ	ヤクルト せんべい	バナナ	牛乳 甘バターサンド		649	19.4	15.4	2.7
20(日)									
21(月)					海の日				
22(火)	焼き肉 ビーフンソテー メロン 麦茶	牛乳 エッグパン	牛乳 ビスケット	ご飯 かき玉汁		480	18.1	26.5	3.0
23(水)	鯖の味噌煮 マカロニサラダ グレープフルーツ 豆腐汁	オレンジヨーグルト せんべい	牛乳 玉子ポロ	ご飯 豆腐汁		381	23.9	15.0	3.0
24(木)	きんぴらごぼう 花卵 すいか 麦茶	ヤクルト バナナケーキ	りんごゼリー	ご飯 青菜汁		464	11.0	16.4	1.1
25(金)	茄子とトマトのスパレバーの甘辛煮 オレンジ 牛乳	アイスクリーム	牛乳 ビスケット	ご飯 トマトスパ		364	12.2	18.4	0.7
26(土)	牛乳 ジャムマーガリンパン 青菜ソテー キウイ	バナナ	野菜生活 せんべい	牛乳 ジャムマーガリンパン		531	18.2	16.4	1.9
27(日)									
28(月)	夏野菜カレー 小女子甘煮 きゅうり漬 グレープフルーツ 牛乳	ヨーグルト せんべい	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		424	18.8	16.3	3.5
29(火)	鮭焼魚 春雨サラダ すいか ニラ玉汁	牛乳 ピーナッツパン	ヤクルト せんべい	ご飯 ニラ玉汁		427	22.0	13.1	2.9
30(水)	鶏のササミ揚げ 三色和え物 オレンジ 麦茶	アイスクリーム	バナナ	ご飯 豆腐汁		203	12.6	7.0	0.7
31(木)	じゃがいもの挽肉煮 卵焼き トマト キウイ 麦茶	牛乳 とうもろこし	野菜ジュース ビスケット	ご飯 若布汁		406	16.7	18.0	1.6

※献立は、材料の都合上、一部変更になる場合があります。

月平均

大戸報徳保育園