

こんげつの よてい こんだてひょう

平成20年 10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(水)	五目昆布煮 卵焼き りんご 豆腐汁	ヤクルト チーズ せんべい	牛乳 五子ポーロ	ご飯 豆腐汁		347	15.7	13.1	4.3
2(木)	きのこハンバーグ 温野菜 ヨーグルトあえ 麦茶	牛乳 ビスケット	ももゼリー	ご飯 芋汁		332	18.5	13.3	0.9
3(金)	卵とじうどん 天ぷら 漬け物 オレンジ	気になる野菜 ゆかりおむすび	牛乳 カステラ	ご飯 卵とじうどん		457	15.6	8.7	5.0
4(土)	牛乳 クリームサンド 生揚げのケチャップ煮 パナナ	ミルクプリン	ヤクルト せんべい	牛乳 クリームサンド		676	26.0	26.6	1.3
5(日)									
6(月)	肉団子スープ かぼちゃの甘煮 青菜のごま和え グレープフルーツ	ヨーグルト 小魚 せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯 肉団子スープ		259	17.8	4.2	2.2
7(火)	白身魚のホイル焼 ポテトサラダ りんご 麦茶	牛乳 ミニパンプリン	ヤクルト クラッカー	ご飯 豆腐汁		358	17.1	13.8	3.0
8(水)	ヒレカツ 温野菜 金時煮豆 オレンジ 麦茶	野菜生活 ビスケット	りんごゼリー	ご飯 若布汁		366	20.5	9.5	2.4
9(木)	マーボー豆腐 花卵 梨 ヨーグルト	牛乳 お好み焼き	りんご	ご飯 青菜汁		357	20.0	18.9	2.1
10(金)	栗ご飯 豚肉甘辛煮 きゅうり漬 ぶどう 豆腐汁	ヤクルト せんべい	牛乳 五子ポーロ	栗ご飯 豆腐汁	お誕生会	459	18.1	13.1	2.7
11(土)	牛乳 ピーナッツサンド 含め煮 グレープフルーツ	りんごゼリー	バナナ	牛乳 ピーナッツサンド		529	20.8	9.6	2.7
12(日)									
13(月)					体育の日				
14(火)	揚げ魚 三色和え物 パナナ 麦茶	のむヨーグルト 小魚 ビスケット	牛乳 カステラ	ご飯 かき玉汁		417	21.7	18.9	1.4
15(水)	焼き肉 ビーフンソテー グレープフルーツ 若布汁	牛乳 甘バターサンド	ヤクルト せんべい	ご飯 若布汁		412	17.1	16.0	2.3
16(木)	肉じゃが煮 スクランブルエッグ りんご ヨーグルト	牛乳 きな粉団子	バナナ	ご飯 豆腐汁		476	22.3	17.8	2.9
17(金)	カレーうどん 笹釜揚げ 青菜そえ キウイ 牛乳	野菜生活 若布おにぎり	牛乳 五子ポーロ	ご飯 カレーうどん		465	14.7	20.3	5.0
18(土)	わくわくランド		ミルクプリン	三色丼 かき玉汁					
19(日)									
20(月)	さつまいもシチュー 竹輪の含め煮 漬け物 りんご	牛乳 せんべい 紅白大福	ヨーグルトあえ	ご飯 シチュー	創立記念日	486	16.8	13.8	4.6
21(火)	鮭焼魚 中華サラダ ぶどう 麦茶	牛乳 ワッフル	バナナ	ご飯 青菜汁		345	16.4	13.3	0.4
22(水)	五目納豆 薩摩芋のバター煮 梨 なめこ汁	のむヨーグルト ビスケット	牛乳 せんべい	ご飯 なめこ汁		372	17.3	12.2	3.7
23(木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 キウイ 麦茶	牛乳 ホットケーキ	りんごゼリー	ご飯 豆腐汁		401	19.1	19.3	2.1
24(金)	きのこスパゲティレバーの甘辛煮 青菜そえ オレンジ 牛乳	ヤクルト せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯 きんこのスパゲティ		344	13.3	12.0	1.2
25(土)	牛乳 クロワッサンサンド 野菜ソテー りんご	バナナ	野菜生活 ビスケット	牛乳 クロワッサンサンド		557	20.4	18.8	2.8
26(日)									
27(月)	秋野菜カレー 小女子甘煮 ぶどう 牛乳	ヨーグルト 昆布 せんべい	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		406	16.2	14.5	2.9
28(火)	鯖の味噌煮 マセドアンサラダ キウイ 麦茶	牛乳 フルーツサンド	ヤクルト せんべい	ご飯 豆腐汁		403	17.2	18.1	2.1
29(水)	鶏の唐揚げ 土佐和え オレンジ 大根汁	りんごゼリー	バナナ	ご飯 大根汁		273	12.8	14.8	1.4
30(木)	里芋煮ころがし 花卵 パナナ 麦茶	牛乳 ビスケット	牛乳 五子ポーロ	ご飯 若布汁		432	13.5	22.1	1.7
31(金)	おかず焼きそば ウィンナー 青豆煮豆 りんご 牛乳	ヤクルト クラッカー	ももゼリー	ご飯 おかず焼きそば		450	17.1	21.8	2.1

※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