




# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成20年 12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(月)	ブロッコリーシチュー 竹輪の鶏味噌かけ 漬け物 りんご	ヨーグルト 小魚 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 シチュー		477	22.5	15.5	4.6
2(火)	タラの二色揚げ 青菜の和え物 グレープフルーツ 豆腐汁	牛乳 マヨネーズパン	りんごゼリー	ご飯 豆腐汁		411	23.8	19.8	2.4
3(水)	五目昆布煮 スクランブルエッグ みかん 麦茶	野菜生活 ビスコ	ヤクルト せんべい	ご飯 かき玉汁		322	13.7	14.2	1.7
4(木)	焼き肉 ビーフソテー パナナ ヨーグルト あえ	牛乳 薩摩芋入り 蒸しパン	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 青菜汁		447	16.0	16.8	2.0
5(金)	チーズスパゲッティレバーの甘辛煮 青菜 そえ キウイ 牛乳	りんごゼリー	気になる野菜 せんべい	ご飯 牛乳		328	16.0	13.5	1.8
6(土)	牛乳 ビーナッツサンド 五目きんぴら りん ご	バナナ	ミルクプリン	牛乳 ビーナッツ サンド		595	18.0	13.7	3.1
7(日)									
8(月)	かぼちゃカレー 小女子甘煮 みかん 牛乳	ヨーグルトビス ケット	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		471	20.3	20.9	2.7
9(火)	鮭焼魚 春雨サラダ キウイ 麦茶	牛乳 クリームパン	バナナ	ご飯 青菜汁		346	18.8	15.0	1.7
10(水)	ハムカツ 温野菜 金時煮豆 グレープフルーツ 豆麩汁	気になる野菜 ク ラッカー	ヤクルト せんべい	ご飯 豆麩汁		460	21.4	15.8	4.9
11(木)	煮込みおでん きゅうり漬 みかん ヨーグル ト	牛乳 じゃが芋の チーズ焼	牛乳 ビスケット	ご飯 豆腐汁		330	19.9	12.4	4.1
12(金)	おかず焼きそば ウィンナー 青菜そえ りん ご 牛乳	バナナ	ももゼリー	焼きそば 牛乳		388	12.8	18.0	2.3
13(土)		牛乳 おみやげパ ン みかん			発表会	180	7.3	7.7	0.2
14(日)									
15(月)	ワンタンスープ 小松菜と卵の和え物 ヨー グルトあえ パナナ	牛乳 小魚 せんべ い	牛乳 カステラ	ご飯 ワンタン スープ		345	16.7	9.2	1.8
16(火)	鯖の味噌煮 スパサラダ りんご 麦茶	牛乳 パンプキンパ ン	野菜生活 ビスケット	ご飯 豆腐汁		402	20.7	17.6	3.2
17(水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 みかん 青菜汁	ヤクルト せんべい	バナナ	ご飯 青菜汁		398	15.4	11.9	2.8
18(木)	酢豚 花卵 グレープフルーツ ヨーグルトあえ	牛乳 若布おにぎり	牛乳 クッキー	ご飯 若布汁		437	19.7	14.0	1.9
19(金)	薩摩芋ごはん 根菜たっぷり汁 鶏の唐揚げ 三色和え パナナ	気になる野菜 ビス ケット	ミルクプリン	薩摩芋ごはん 根 菜たっぷり汁	お誕生会	561	18.5	18.9	4.0
20(土)	牛乳 甘バターサンド ブロッコリーおほか和え 冬至南瓜 みかん	りんごゼリー	ヤクルト せんべい	牛乳 甘バターサ ンド		606	21.3	11.6	2.5
21(日)									
22(月)	チキンカレー 小女子甘煮 りんご 牛乳	のむヨーグルトビ スケット	牛乳 せんべい	カレーライス 牛乳		492	19.0	21.9	4.3
23(火)					天皇誕生日				
24(水)	ひじきの寄せ煮 卵焼き グレープフルーツ 麦茶	牛乳 ラスク	バナナ	ご飯 青菜とえの き汁		389	17.6	20.2	1.2
25(木)	クリスマスハンバーグ 温野菜 ヨーグルト あえ なめこ汁	気になる野菜 ビス ケット	ヤクルト せんべい	ご飯 なめこ汁		444	24.9	19.4	2.3
26(金)	三色そうめん 天ぷら 漬け物 りんご	牛乳 クッキー	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 三色そうめ ん		419	14.6	14.0	5.3
27(土)	牛乳 ポテトサンド 青菜の和え物 パナナ	ヤクルト せんべい	ももゼリー	牛乳 ポテトサンド		577	19.3	18.8	2.9
28(日)									
29(月)	むらくも汁 鶏のササミ揚げ 青菜そえ りん ご	ヨーグルト ビス ケット	牛乳 カステラ	ご飯 むらくも汁		289	16.8	10.0	2.8
30(火)	鮭焼魚 シルバーサラダ みかん 麦茶	牛乳 ねじりパン	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐汁		359	18.2	14.6	0.6
31(水)									

※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