

こんげつの よてい こんだてひょう

平成21年 3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(日)									
2(月)	むらくも汁 鯖の味噌煮 チーズサラダ 伊予柑	ヨーグルト せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯 むらくも汁		427	24.4	18.0	3.2
3(火)	ちらし寿司 すまし汁 鶏のササミ揚げ 青菜そえ いちご	野菜生活 あられ(海苔) ひなケーキ	バナナ	ちらし寿司 すまし汁	お誕生会	509	30.6	14.9	4.5
4(水)	蒸し団子 温野菜 オレンジ 麦茶	牛乳 クリームパン	牛乳 玉子ポーロ	ご飯 豆腐汁		390	18.9	15.7	1.2
5(木)	ひじきの寄せ煮 卵焼き ヨーグルトあえ	牛乳 ごま板	ヤクルト せんべい	ご飯 青菜汁		504	23.4	30.3	2.1
6(金)	三色そうめん 天ぷら 漬け物 バナナ	気になる野菜 ビスケット	牛乳 カステラ	三色そうめん		555	13.0	12.4	4.4
7(土)	牛乳 甘バターサンド 含め煮 伊予柑	ヤクルト せんべい	ももゼリー	牛乳 甘バターサンド		618	19.2	12.1	2.5
8(日)									
9(月)	菜の花シチュー 竹輪の甘辛煮 オレンジ	のむヨーグルト 小魚	牛乳 玉子ポーロ	ご飯 シチュー		436	19.4	17.4	2.9
10(火)	鮭焼魚 マカロニサラダ バナナ 麦茶	牛乳 メロンパン	ミルクプリン	ご飯 豆腐汁		487	25.6	12.8	2.1
11(水)	チキンカツ ブロッコリーおかか和え 金時煮豆 甘なつ	ヤクルト 白玉お汁粉	牛乳 ビスケット	ご飯 かき玉汁		461	16.3	12.9	1.8
12(木)	きんぴらごぼう 花卵 いちごヨーグルト 青菜汁	牛乳 焼き芋	バナナ	ご飯 青菜汁		450	17.2	15.6	1.4
13(金)	おかず焼きそば ボイルウィンナー 青菜そえ キウイ 牛乳	ももゼリー	ヤクルト せんべい	ご飯 焼きそば		336	13.7	17.4	1.3
14(土)	牛乳 おみやげパン 伊予柑			牛乳 おみやげパン	卒園式	708	26.1	16.5	2.8
15(日)									
16(月)	うずら卵カレー 小女子甘煮 クレープフルーツ 牛乳	ヨーグルト せんべい	牛乳 玉子ポーロ	カレーライス 牛乳		454	20.2	18.8	3.3
17(火)	鱈の磯辺揚げ 土佐和え オレンジ 麦茶	牛乳 ピザパン	ヤクルト クラッカ	ご飯 豆腐汁		360	19.1	15.2	1.4
18(水)	焼き肉 ビーフソテー バナナ かき玉汁	気になる野菜 若布 おにぎり	牛乳 せんべい	ご飯 かき玉汁		134	3.3	0.4	1.6
19(木)	五目昆布煮 スクランブルエッグ いちご 麦茶	牛乳 ビスコ	ももゼリー	ご飯 大根汁		351	16.9	17.9	2.0
20(金)					春分の日				
21(土)	牛乳 ピーナッツサンド 青菜の和え物 伊予柑	バナナ	ヤクルト せんべい	牛乳 ピーナッツサンド		543	19.6	9.5	2.3
22(日)									
23(月)	中華スープ 笹巻揚げ 青菜そえ キウイ	いちごヨーグルト 小魚	牛乳 カステラ	ご飯 中華スープ		201	14.7	4.1	3.2
24(火)	さんま煮魚 春雨サラダ 甘なつ 麦茶	牛乳 ワッフル	バナナ	ご飯 豆腐汁		418	15.4	20.6	0.8
25(水)	スパゲティ トースレバーの甘辛煮 青菜そえ いちご 牛乳	気になる野菜 きなこ 団子	ヤクルト せんべい	ご飯 牛乳		505	20.6	11.4	2.6
26(木)	酢豚 花卵 ヨーグルトあえ 麦茶	牛乳 ホットケーキ	ももゼリー	ご飯 若布汁		538	22.1	20.8	1.4
27(金)	五目納豆 薩摩芋のバター煮 オレンジ 麦茶	野菜生活 せんべい	牛乳 玉子ポーロ	ご飯 青菜汁		335	14.4	11.8	1.2
28(土)	牛乳 エッグサンド 三色和え物 バナナ	ゼリー ビスケット	ミルクプリン	牛乳 エッグサンド		579	22.6	19.3	3.8
29(日)									
30(月)	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 いちご 牛乳	ヨーグルト せんべい	牛乳 ビスケット	カレーライス 牛乳		419	18.7	16.0	3.4
31(火)	焼魚 ポテトサラダ メロン かき玉汁	牛乳 ロールサンド	野菜生活 クラッカ	ご飯 かき玉汁		381	21.8	16.1	2.5

※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