

こんげつの よてい こんだてひょう

平成21年 7月分



大戸報徳保育園

施設長	主任	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)	焼き肉 ビーフソテー パナナ 青菜汁	ヤクルト パナナ入りむしぼん	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		399	12.5	13.1	2.2
2(木)	おかず焼そば ウィンナー 青菜そえ メロンオニオンスープ	牛乳 せんべい	バナナヨーグルト	ご飯		551	18.0	27.9	2.0
3(金)	五色煮 スクランブルエッグ グレープフルーツ牛乳	野菜生活 ラムネ菓子	ヤクルト せんべい	ご飯		312	13.7	12.3	2.6
4(土)	牛乳 メロンパン 春雨ソテー キウイ	バナナ	ゼリー			530	16.2	16.2	1.5
5(日)									
6(月)	栄養すいとん汁 高野豆腐の煮付け きゅうり漬 オレンジ	ヨーグルト 小魚	牛乳 カステラ	ご飯		441	30.4	17.8	1.4
7(火)	鯖の味噌煮 ポテトサラダ トマト キウイ 青菜汁	気になる野菜 ビスケット	ヨーグルト	ご飯		340	17.7	12.6	2.3
8(水)	鶏の唐揚げ 三色和え物 メロン 豆腐汁	牛乳 ワッフル	ヤクルト せんべい	ご飯		351	18.7	13.5	1.6
9(木)	豚豚 花卵 バナナヨーグルト キャベツスープ	アイスクリーム	牛乳 ビスケット	ご飯		317	15.7	8.6	0.9
10(金)	三色そめん 天ぷら きゅうり漬 グレープフルーツ	牛乳 若布おにぎり	ミルクプリン	若布おにぎり		432	15.4	12.8	5.2
11(土)	カレーライス 小女子甘煮 メロン 牛乳	ゼリー せんべい	バナナ		研修会	540	20.1	16.0	2.8
12(日)									
13(月)	豆腐ハンバーグ 温野菜 パナナ かき玉汁	のむヨーグルト ビスケット	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		375	19.6	12.6	1.5
14(火)	さんま蒲焼き 寒天サラダ オレンジ 青菜汁	牛乳 ピザパン	ヤクルト せんべい	ご飯		481	25.9	18.5	2.1
15(水)	トマトカレー 小女子甘煮 グレープフルーツ 牛乳	気になる野菜 クラッカー	ゼリー	カレーライス		396	15.4	15.8	3.5
16(木)	五目ひじき煮 厚焼き卵 メロン 若布汁	牛乳 せんべい	バナナヨーグルト	ご飯		390	17.9	16.8	2.9
17(金)	冷やし中華 ウィンナーのケチャップ煮 土佐和え 金時煮豆 すいか	アイスクリーム	ミルクプリン		お誕生会	406	17.8	13.5	2.5
18(土)	牛乳 甘バターサンド きんぴら オレンジ	バナナ	野菜生活 ビスケット			531	15.8	14.6	1.0
19(日)									
20(月)					海の日				
21(火)	コーンシチュー 竹輪の含め煮 きゅうり漬 グレープフルーツ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯		431	16.2	14.4	3.9
22(水)	鮭焼魚 スパサラダ すいか 青菜汁	牛乳 パウンドケーキ	ヤクルト クラッカー	ご飯		484	22.6	14.9	1.5
23(木)	かぼちゃコロッケ 温野菜 ヨーグルトあえ かき玉汁	気になる野菜 せんべい	バナナ	ご飯		290	13.5	9.3	2.5
24(金)	マーボー茄子 花卵 オレンジ コーンスープ	牛乳 ミルクリッチパン	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		325	12.5	12.6	0.8
25(土)	牛乳 ドックパン 青菜の和え物 パナナ	ゼリー せんべい	ミルクプリン			571	20.4	17.6	1.6
26(日)									
27(月)	夏野菜カレー 小女子甘煮 すいか 牛乳	ヨーグルト ビスケット	牛乳 カステラ	カレーライス		418	18.0	17.5	2.7
28(火)	ししゃも揚げ 土佐和え グレープフルーツ かき玉汁	牛乳 ジャムサンド	野菜生活 せんべい	ご飯					
29(水)	五目納豆 薩摩芋のバター煮 オレンジ 青菜汁	アイスクリーム	ヤクルト クラッカー	ご飯		280	13.3	7.4	2.4
30(木)	昆布の煮付け スクランブルエッグ メロン ベーコンスープ	牛乳 とうもろこし	バナナヨーグルト	ご飯		425	18.8	20.6	2.0
31(金)	茄子とトマトのスパゲッティ レバーの甘辛煮 青菜そえ キウイ 牛乳	気になる野菜 せんべい	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		345	14.3	12.1	2.0

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。