

# こんげつの よてい こんだてひょう

平成21年 9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(火)	鯖の味噌煮 ポテトサラダ オレンジ かき玉汁	牛乳 チョコパン	バナナ	ご飯	金魚すくい	455	20.5	20.8	2.7
2(水)	ヒレカツ 土佐和え 金時煮豆 キウイ 豆腐汁	ヤクルト せんべい	牛乳 クラッカー	ご飯		483	25.1	13.1	2.7
3(木)	卵とじうどん 天ぷら 青菜そえ ヨーグルト	牛乳 ゆかりおむすび	プリン	ご飯 うどん		506	18.4	11.5	2.8
4(金)	ひじきの寄せ煮 花卵 グレープフルーツ 青菜汁	気になる野菜 ビスケット	牛乳 せんべい	ご飯		304	13.4	13.7	2.1
5(土)	牛乳 スバゲティパン きゅうり漬 オレンジ	バナナ	ゼリー			595	20.3	20.5	2.4
6(日)									
7(月)	鯖焼魚 ごぼうサラダ バナナ 青菜汁	牛乳 ビスコ	牛乳 カステラ	ご飯		533	18.0	32.1	2.5
8(火)	むらくも汁 笹釜揚げ 青菜そえ グレープフルーツ	ヨーグルト せんべい	ヤクルト クラッカー	ご飯		291	16.0	9.2	3.2
9(水)	照り焼きチキン 土佐和え オレンジ 豆腐汁	野菜生活 アンバター	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		309	16.3	9.8	2.6
10(木)	マーボー茄子 厚焼き卵 フルーツヨーグルト 大根汁	牛乳 焼き芋	牛乳 ビスケット	ご飯		546	21.1	20.8	2.2
11(金)	三色丼 ウィンナー ブロッコリーマヨネーズ かき玉汁 ぶどう	気になる野菜 クラッカー	ミルクプリン		お誕生会	85	2.3	1.5	1.0
12(土)	牛乳 甘バターサンド 生揚げのケチャップ煮 キウイ	ゼリー せんべい	バナナ			631	20.7	14.7	1.6
13(日)									
14(月)	きのこたっぷりシチュー 竹輪の甘煮 ブロッコリーおかか和え オレンジ	のむヨーグルト 小魚	牛乳 せんべい	ご飯		381	21.8	13.2	4.5
15(火)	スバゲティナポリタン レバーの甘辛煮 青菜そえ グレープフルーツ かき玉汁	牛乳 パンプキンパン	ヨーグルト	ご飯		427	23.9	16.3	2.1
16(水)	焼き肉 ビーフソテー 青豆煮豆 ぶどう 青菜汁	気になる野菜 クラッカー	牛乳 ビスケット	ご飯		380	14.6	15.5	3.9
17(木)	昆布寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ キウイ 豆腐汁	牛乳 カップケーキ	バナナ	ご飯		554	21.9	24.3	3.4
18(金)	鯖の竜田揚げ 三色和え物 バナナ 牛乳	ヤクルト 若布おにぎり	牛乳 せんべい	ご飯		424	15.4	12.3	2.7
19(土)	牛乳 ビーナッツバターサンド きんぴら オレンジ	バナナ	ミルクプリン			544	16.8	14.5	1.8
20(日)									
21(月)					敬老の日				
22(火)					国民の祝日				
23(水)					秋分の日				
24(木)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 フルーツヨーグルト かき玉汁	牛乳 ワッフル	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		571	26.0	21.7	3.2
25(金)	おかず焼きそば ウィンナーのケチャップ煮 青菜そえ バナナ 牛乳	野菜生活 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯		443	14.5	19.4	1.9
26(土)	芋汁 きゅうり漬 りんご	牛乳 おみやげパン			国内運動会	256	12.2	11.1	3.2
27(日)									
28(月)	シュリンプカレー 小女子甘煮 オレンジ 牛乳	のむヨーグルト せんべい	バナナ	カレーライス		482	20.6	18.3	3.5
29(火)	さんま煮魚 マセドアンサラダ ぶどう 大根汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ビスケット	ご飯		515	21.0	26.3	3.1
30(水)	ミートボール 温野菜 グレープフルーツ 豆腐汁	気になる野菜 クラッカー	ヤクルト せんべい	ご飯		281	15.0	11.1	2.4

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。