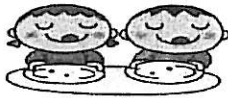


こんげつの よてい こんだてひょう

平成21年 10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(木)	五目ひじき煮 花卵 バナナ 芋汁	牛乳 チーズビスケット	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		435	20.4	23.4	3.1
2(金)	月見うどん 天ぷら 青菜そえ ぶどう 牛乳	野菜生活 せんべい	牛乳 ドーナツ	ご飯		426	13.0	9.9	5.1
3(土)	牛乳 ビーナツバターサンド 月見グラタン グレープフルーツ	バナナ	ヤクルト クラッカー		十五夜	599	23.8	16.1	2.7
4(日)									
5(月)	さつま芋シチュー 竹輪の甘辛煮 トマト 梨	ヨーグルト 食べる煮干し せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯		389	19.4	7.7	3.0
6(火)	白身魚のタルタルソース 青菜のごま和え グレープフルーツ 豆腐汁	牛乳 メロンパン	野菜生活 クラッカー	ご飯		371	19.8	17.9	3.5
7(水)	きのこハンバーグ 温野菜 ぶどう 若布汁	気になる野菜 せんべい	バナナ	ご飯		307	13.6	7.5	1.4
8(木)	マーボー豆腐 花卵 ヨーグルトあえ 青菜汁	牛乳 手作りドーナツ	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		400	16.8	17.1	1.6
9(金)	栗ごはん ハムカツ 土佐和え 梨 トロリン スープ	アイスクリーム	ヤクルト せんべい		お誕生会	473	16.8	17.8	1.8
10(土)	親子わくわくランド		ミルクプリン	カレーライス 牛乳					
11(日)									
12(月)					体育の日				
13(火)	シュリンプカレー 春雨サラダ ぶどう 牛乳	牛乳 チョコパン	バナナ	カレーライス		490	15.8	22.5	2.7
14(水)	ミートボール 三色和え物 梨 豆腐汁	ヨーグルト 昆布	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		258	17.6	10.0	2.0
15(木)	五目納豆 かぼちゃの甘煮 オレンジ かき玉汁	牛乳 スイートポテト	野菜生活 せんべい	ご飯		405	17.8	19.0	2.9
16(金)	きのこスパゲ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 ビスケット	ゆかりおむすび		300	13.6	11.3	3.2
17(土)	牛乳 クリームサンド きんぴら りんご	ミルクプリン	ヤクルト クラッカー			615	21.3	27.5	2.6
18(日)									
19(月)	焼魚 マカロニサラダ 梨 かき玉汁	のむヨーグルト 食べる煮干し せんべい	牛乳 カステラ	ご飯		325	25.3	10.0	2.8
20(火)	月見カレー きゅうり漬 オレンジ 牛乳	野菜生活 ミルクリッチ	牛乳 ビスケット	カレーライス	創立記念日	454	15.9	18.4	3.7
21(水)	焼き肉 ビーフソテー ぶどう 青菜汁	牛乳 焼き芋	ヤクルト せんべい	ご飯		391	14.6	16.1	2.2
22(木)	じゃがいもの挽肉煮 花卵 ヨーグルトあえ 若布汁	気になる野菜 せんべい	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		306	17.5	8.2	2.6
23(金)	温そうめん 揚げ出し豆腐 青菜そえ 金時煮豆 バナナ	牛乳 若布おにぎり	ミルクプリン	ご飯		596	27.7	17.8	5.0
24(土)	牛乳 サンドイッチ オレンジ	ゼリー せんべい	ヤクルト クラッカー			442	19.2	15.2	1.6
25(日)									
26(月)	五目汁 笹釜揚げ 青菜そえ りんご	ヨーグルト ビスケット	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		262	10.1	10.1	3.2
27(火)	鯖の味噌煮 かぼちゃサラダ オレンジ かき玉汁	牛乳 ピザトースト	ヤクルト せんべい	ご飯		419	22.4	21.6	3.4
28(水)	筑前煮 スクランブルエッグ バナナ 芋汁	野菜生活 せんべい	りんご	ご飯		294	13.5	9.4	4.4
29(木)	鶏の唐揚げ 土佐和え グレープフルーツ 豆腐汁	牛乳 チーズクラッカー	牛乳 ビスケット	ご飯		349	17.9	20.0	2.3
30(金)	おかず焼きそば ウィンナー 青菜そえ 梨 牛乳	気になる野菜 ビスケット	ミルクプリン	若布おにぎり		377	13.7	18.8	2.4
31(土)	牛乳 チョコサンド コールスローサラダ オレンジ	ゼリー せんべい	バナナ			523	15.6	17.4	2.0

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。