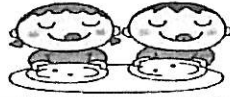


こんげつの よてい こんだてひょう

平成21年 11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(日)									
2(月)	肉味噌スパレハ-のケチャップ煮 青菜そえ グレープフルーツ 牛乳	ヨーグルト せんべい	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		512	27.8	15.5	2.1
3(火)					文化の日				
4(水)	チキンカツ 温野菜 金時煮豆 ぶどう かき玉汁	牛乳 甘バターサンド	牛乳 ビスケット	ご飯		575	23.9	19.5	3.6
5(木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 パナナヨーグルト 青菜汁	気になる野菜 かぼちゃ団子	ヤクルト せんべい	ご飯		473	19.9	14.4	3.4
6(金)	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 キウイ 牛乳	野菜生活 せんべい	ゼリー	カレーライス		404	15.8	15.8	3.5
7(土)	牛乳 クロワッサンサンド 青菜そえ みかん	バナナ	りんご			505	15.9	24.4	1.2
8(日)									
9(月)	ポパイシチュー 高野豆腐煮付け 漬物 グレープフルーツ	のむヨーグルト 小魚	牛乳 カステラ	ご飯		485	26.8	20.8	3.9
10(火)	焼魚 ポテトサラダ りんご 豆腐汁	牛乳 リングドーナツ	ヤクルト せんべい	ご飯		426	22.1	20.7	3.4
11(水)	蒸し団子 温野菜 パナナ かき玉汁	気になる野菜 焼き芋	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		332	10.2	5.4	2.5
12(木)	里芋煮 スクランブルエッグ フルーツヨーグルト 若布汁	牛乳 ビスケット	野菜生活 クラッカー	ご飯		386	19.6	15.5	2.0
13(金)	焼きそば ウィンナー 青菜そえ りんご 牛乳	ヤクルト せんべい チーズ	バナナ	ゆかりおむすび		432	14.2	19.0	2.7
14(土)	牛乳 チョコパピロサンド マセドアンサラダ みかん		ミルクプリン		研修会	496	11.7	21.0	1.7
15(日)									
16(月)	春雨スープ 笹釜揚げ 青菜そえ パナナ	ヨーグルト せんべい	牛乳 カステラ	ご飯		265	11.8	5.8	3.4
17(火)	揚げ魚 土佐和え りんご かき玉汁	牛乳 エッグサンド	野菜生活 ビスケット	ご飯		395	21.9	16.9	4.5
18(水)	焼き肉 ビーフソテー フルーツヨーグルト 青菜汁	牛乳 ホットケーキ	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		462	19.0	14.5	2.4
19(木)	酢豚 花卵 ぶどう 豆腐汁	ゼリー	ヤクルト せんべい	ご飯		308	14.9	11.7	1.7
20(金)	お餅 漬物 みかん 大根汁	気になる野菜 クラッカー	プリン		お誕生会もちつき	694	28.5	23.6	2.7
21(土)	牛乳 ジャムサンド 温野菜 パナナ	ヤクルト 若布おにぎり	りんご			469	14.3	13.6	2.5
22(日)									
23(月)					勤労感謝の日				
24(火)	さんま煮魚 マカロニサラダ りんご 大根汁	牛乳 チョコパン	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		499	21.0	28.3	2.6
25(水)	ふわふわ鶏から 三色和え物 みかん 豆腐汁	フルーツヨーグルト 小魚	ヤクルト せんべい	ご飯		266	15.5	9.6	2.4
26(木)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 キウイトロリンスープ	気になる野菜 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯		354	15.6	10.8	3.1
27(金)	たんめん 鶏のササミ揚げ 青菜そえ グレープフルーツ	牛乳 若布おにぎり	ミルクプリン	ご飯		517	22.3	13.8	2.2
28(土)	牛乳 クリームサンド きのこソテー りんご	バナナ	野菜生活 ビスケット			544	18.3	20.1	1.4
29(日)									
30(月)	チキンカレー 小女子甘煮 みかん 牛乳	のむヨーグルト 昆布 せんべい	牛乳 クラッカー	カレーライス		474	23.4	17.3	3.6

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。