

こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 1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(金) | | | | | | | | | |
| 2(土) | | | | | | | | | |
| 3(日) | | | | | | | | | |
| 4(月) | | | | | | | | | |
| 5(火) | | | | | | | | | |
| 6(水) | 焼き肉 ビーフソテー 伊予甘 豆腐汁 | 牛乳 チョコパン | ヤクルト せんべい | ご飯 | | 419 | 16.6 | 22.2 | 2.1 |
| 7(木) | 五目ひじき煮 卵焼き みかん 青菜汁 | 牛乳 焼き芋 | バナナ | ご飯 | | 504 | 20.3 | 20.8 | 2.5 |
| 8(金) | 焼きそば ボイルウィンナー 青菜そえ りんご 牛乳 | ミルクプリン | 牛乳 玉子ボーロ | ご飯 | | 466 | 17.4 | 23.4 | 2.3 |
| 9(土) | 牛乳 ピーナッツサンド コーンサラダ パナナ | 気になる野菜 ビスケット | ゼリー | | | 608 | 20.2 | 16.4 | 3.7 |
| 10(日) | | | | | | | | | |
| 11(月) | | | | | 成人の日 | | | | |
| 12(火) | 白菜シチュー 厚揚げと竹輪の煮物 温野菜 みかん | 牛乳 ミルクリッチ | 牛乳 せんべい | ご飯 | | 494 | 17.5 | 22.0 | 2.7 |
| 13(水) | ハムカツ 温野菜 黒豆煮 りんご だんご汁 | ヨーグルト 小魚 | ヤクルト クラッカー | ご飯 | 団子さし | 573 | 32.1 | 20.2 | 3.9 |
| 14(木) | 五目納豆 栗きんとん みかん 豆腐汁 | 牛乳 かぼちゃ蒸しパン | 野菜生活 ビスケット | ご飯 | | 482 | 22.3 | 19.5 | 2.9 |
| 15(金) | カレーうどん コールスローサラダ りんご 牛乳 | ヤクルト ゆかりおむすび | 牛乳 玉子ボーロ | | | 509 | 12.4 | 18.1 | 3.9 |
| 16(土) | 牛乳 スパゲッティパン 青菜そえ 伊予甘 | バナナ | ゼリー | | | 538 | 17.6 | 18.6 | 2.5 |
| 17(日) | | | | | | | | | |
| 18(月) | 栄養すいとん汁 竹輪のカレー風味揚げ 青菜そえ みかん | のむヨーグルト 昆布 | 牛乳 カステラ | ご飯 | | 326 | 16.0 | 6.6 | 2.9 |
| 19(火) | 鮭焼魚 マカロニサラダ りんご 豆腐汁 | 牛乳 ジャムパン | バナナ | ご飯 | | 387 | 25.5 | 12.1 | 3.5 |
| 20(水) | お赤飯 鶏の唐揚げ えのき和え ヨーグルト あえ こづゆ | 気になる野菜 せんべい | ミルクプリン | | お誕生会 | 466 | 21.7 | 8.2 | 3.1 |
| 21(木) | 五目昆布煮 花卵 金時煮豆 みかん 青菜汁 | ヤクルト ピザ | 牛乳 玉子ボーロ | ご飯 | | 400 | 21.9 | 10.6 | 2.9 |
| 22(金) | 卵とじそうめん 天ぷら りんご | 牛乳 チーズ 焼き芋 | 牛乳 せんべい | ご飯 | | 525 | 19.2 | 15.1 | 4.6 |
| 23(土) | 牛乳 エッグサンド 中華ソテー 伊予甘 | りんごゼリー せんべい | ヤクルト クラッカー | | | 500 | 18.9 | 20.2 | 2.2 |
| 24(日) | | | | | | | | | |
| 25(月) | トンカツ 土佐和え りんご 卵スープ | ヨーグルト ビスケット | 牛乳 カステラ | ご飯 | | 431 | 19.7 | 18.6 | 2.4 |
| 26(火) | さんま煮魚 ポテトサラダ パナナ 豆腐汁 | 牛乳 フルーツサンド | りんご | ご飯 | | 608 | 25.0 | 33.5 | 1.9 |
| 27(水) | アップルカレー 小女子甘煮 みかん 牛乳 | 気になる野菜 せんべい | ヤクルト クラッカー | ご飯 | | 400 | 14.8 | 15.7 | 3.7 |
| 28(木) | 五目きんぴら スクランブルエッグ みかん 若布汁 | 牛乳 バナナケーキ | 牛乳 玉子ボーロ | ご飯 | | 514 | 17.8 | 25.0 | 2.9 |
| 29(金) | スパゲティソース レパールの甘辛煮 青菜そえ りんご 牛乳 | 野菜生活 クラッカー | ヤクルト せんべい | ご飯 | | 377 | 14.5 | 16.0 | 2.6 |
| 30(土) | 牛乳 甘バターサンド 海老グラタン 伊予甘 | バナナ | ミルクプリン | | | 569 | 20.6 | 19.1 | 1.4 |
| | | | | | | 481 | 19.6 | 18.2 | 2.9 |

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。