

こんげつの よてい こんだてひょう

平成19年 7月分

施設長	主任保育士	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)	ころころスープ ごぼうサラダ オレンジヨーグルト	牛乳 ビスコ	牛乳 カステラ	ご飯 ころころスープ		372	14.4	13.9	0.7
3(火)	鮭焼魚 昆布甘煮 漬け物 パナナ 麦茶	牛乳 ピーナッツパン	ももゼリー	ご飯 かき玉汁		373	21.0	6.9	2.9
4(水)	スタミナカレー 花卵 メロン 牛乳	ヤクルト せんべい	牛乳 五子ポーロ	カレーライス 牛乳		503	15.7	15.7	2.1
5(木)	ミートボール 三色和え物 ヨーグルトあえ 麦茶	牛乳 チーズクラッカー	牛乳 クッキー	ご飯 芋汁		536	28.7	26.7	3.2
6(金)	三色そうめん チキンナゲット 温野菜 キウイ	牛乳 パナナマフィン	ヤクルト ビスケット	三色そうめん ご飯		649	25.9	30.4	3.2
7(土)	牛乳 コーヒーマープル 春雨ソテー グレープフルーツ	ミルクプリン せんべい	バナナ	牛乳 コーヒーマープル		652	23.2	19.8	3.0
8(日)									
9(月)	キャベツスープ 竹輪の鶏味噌かけ 漬け物 オレンジ	ヨーグルト 昆布 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 キャベツスープ		280	16.2	6.0	2.9
10(火)	揚げ魚 三色和え物 パナナ 麦茶	牛乳 クリームパン	麦茶 ビスケット	ご飯 豆腐汁		466	20.4	21.9	1.4
11(水)	焼き肉 ビーフソテー メロン かき玉汁	ヤクルト チーズポテト	牛乳 五子ポーロ	ご飯 かき玉汁		382	13.6	12.9	3.1
12(木)	きんぴらごぼう 卵焼き ヨーグルトあえ 麦茶	アイスクリーム	バナナ	ご飯 若布汁		332	14.6	15.3	1.8
13(金)	おかず焼そば ウィンナー 青菜そえ グレープフルーツ 牛乳	ももゼリー	牛乳 せんべい	焼そば ご飯		390	14.9	18.0	1.1
14(土)	カレーライス 半月卵 きゅうり漬 パナナ 牛乳		ミルクプリン	カレーライス 牛乳		491	15.7	18.7	3.7
15(日)									
16(月)					海の日				
17(火)	さんま甘煮 ポテトサラダ キウイ 豆腐汁	牛乳 ピザトースト	牛乳 五子ポーロ	ご飯 豆腐汁		459	23.3	20.5	2.8
18(水)	五目ひじき煮 花卵 金時煮豆 グレープフルーツ 麦茶	ヤクルト チーズ せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯 大根汁		364	16.7	14.0	2.4
19(木)	チキンカツ 三色和え物 メロン のむヨーグルト	牛乳 クラッカー	りんごゼリー	ご飯 かき玉汁		444	23.1	19.2	1.3
20(金)	サラダうどん 鶏手羽甘煮 青菜そえ すいか 野菜ジュース	アイスクリーム	麦茶 クッキー	サラダうどん 野菜ジュース	お誕生会	430	18.0	18.6	3.0
21(土)	牛乳 ピーナッツサンド きのことえ オレンジ	バナナ	ミルクプリン	牛乳 ピーナッツサンド		530	19.4	9.4	2.1
22(日)									
23(月)	コーンシチュー ボイルウィンナー 三色和え物 キウイ	のむヨーグルト 小魚 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 コーンシチュー		478	22.7	18.9	2.9
24(火)	鮭焼魚 海藻サラダ メロン 豆腐汁	牛乳 エッグサンド	ヤクルト ビスケット	ご飯 豆腐汁		357	23.1	14.7	1.7
25(水)	五目納豆 かぼちゃ甘煮 オレンジ 麦茶	アイスクリーム	牛乳 五子ポーロ	ご飯 青菜汁		252	11.3	11.1	0.9
26(木)	肉じゃがが煮 半月卵 すいか のむヨーグルト	牛乳 とうもろこし	バナナ	ご飯 若布汁		439	23.0	13.0	1.0
27(金)	茄子とトマトのスパゲティレバーの甘辛煮 青菜そえ グレープフルーツ 牛乳	りんごゼリー クラッカー	牛乳 せんべい	スパゲティ ご飯		351	15.0	12.5	0.9
28(土)	牛乳 メロンパン 春雨ソテー パナナ	ヤクルト 若布おにぎり きゅうり漬	ミルクプリン	牛乳 メロンパン		624	18.7	18.1	1.4
29(日)									
30(月)	トマトカレー 小女子甘煮 すいか 牛乳	ヨーグルト せんべい	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		364	19.0	10.2	1.4
31(火)	ししゃも唐揚げ 土佐和え 金時煮豆 オレンジ	牛乳 甘バターサンド	ももゼリー	ご飯 かき玉汁		479	23.2	12.7	2.8
※献立は、材料の都合上、一部変更になる場合があります。						月平均			