



こんげつの よてい こんだてひょう

平成19年 10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(月)	鶏の唐揚げ 青菜そえ かぼちゃの甘煮 ぶどう 麦茶	ヤクルト せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 かき玉汁		294	11.0	9.9	1.4
2(火)	鯖の味噌煮 ポテトサラダ 梨 麦茶	牛乳 ロールサンド	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 豆腐汁		360	16.7	16.2	1.2
3(水)	さつまいもシチュー 竹輪の甘辛煮 オレンジ	りんごゼリー	ヤクルト クラッカー	ご飯 シチュー		418	12.5	10.7	2.0
4(木)	五目ひじき煮 花卵 パナナ ヨーグルトあえ	牛乳 栗 せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯 青菜汁		423	20.3	16.6	2.3
5(金)	スハゲティートソース レバーの甘辛煮 青菜そえ グレープフルーツ 牛乳	ヤクルト クラッカー	りんご	スハゲティートソース ご飯		431	18.0	12.6	1.1
6(土)	牛乳 ピーナッツサンド 温野菜 キウイ	バナナ	ミルクプリン	牛乳 ピーナッツ サンド		517	18.9	9.2	2.1
7(日)									
8(月)					体育の日				
9(火)	酢豚 小女子甘煮 オレンジ 麦茶	ヨーグルト ビスケット	麦茶 せんべい	ご飯 豆腐汁		442	20.4	16.4	2.8
10(水)	チーズハンバーグ 温野菜 ぶどう 麦茶	牛乳 ごまパン	りんごゼリー	ご飯 若布汁		420	19.5	18.2	1.6
11(木)	きのこカレー 花卵 グレープフルーツ 牛乳	バナナ	牛乳 せんべい	カレーライス 牛乳		379	14.2	14.9	0.8
12(金)	焼きうどん ボイルウィンナー 青菜そえ 梨 牛乳	ヤクルト チーズ せんべい	牛乳 カステラ	焼きうどん ご飯		409	9.5	13.4	1.5
13(土)	わくわくランド		ミルクプリン	五目ご飯 かき玉汁					
14(日)									
15(月)	すいとん汁 笹釜揚げ ブロッコリーおかか和え グレープフルーツ	ヤクルト せんべい	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 すいとん汁		327	15.8	10.9	2.1
16(火)	鮭焼魚 スパサラダ 梨 麦茶	牛乳 フルーツサンド	牛乳 ビスケット	ご飯 若布汁		359	19.5	16.8	0.8
17(水)	五目昆布煮 スクランブルエッグ りんご 麦茶	オレンジヨーグルト 昆布	ももゼリー	ご飯 青菜汁		412	13.2	11.0	2.0
18(木)	ハムカツ 土佐和え 金時煮豆 ヨーグルトあえ	牛乳 ビスケット	りんご	ご飯 芋汁		496	24.1	17.7	3.3
19(金)	栗ごはん 豚肉甘辛煮 きゅうり漬 豆腐汁 グレープフルーツ	野菜ジュース せんべい	牛乳 クラッカー	栗ごはん 豆腐汁	お誕生会	436	19.0	12.4	5.0
20(土)	牛乳 甘バターサンド 中華サラダ りんご	ももゼリー	牛乳プリン	牛乳 甘バターサンド	創立記念日	652	22.3	22.8	1.8
21(日)									
22(月)	かぼちゃカレー 小女子甘煮 ぶどう 牛乳	ヨーグルト 昆布 せんべい	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		454	26.4	15.6	4.4
23(火)	鱈のもみじ揚げ 青菜の和え物 オレンジ 大根汁	牛乳 ジャムサンド	ミルクプリン	ご飯 大根汁		321	18.1	10.4	1.6
24(水)	切干大根の含め煮 花卵 梨 麦茶	ヤクルト クラッカー	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 青菜汁		290	11.4	10.2	1.2
25(木)	五目納豆 薩摩芋のバター煮 りんご ヨーグルトあえ	牛乳 かぼちゃドー ナッツ	麦茶 ビスケット	ご飯 豆腐汁		607	23.8	24.6	3.5
26(金)	卵とじそうめん かき揚げ きゅうり漬 キウイ	牛乳 焼き芋	牛乳 麩菓子	卵とじそうめん ご飯		531	13.8	12.4	4.5
27(土)	牛乳 ドックパン 温野菜 パナナ	バナナ	ももゼリー	牛乳 ドックパン		669	19.0	15.0	2.8
28(日)									
29(月)	のっぺい汁 ボイルウィンナー 青菜そえ グレープフルーツ	ヨーグルト せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 のっぺい汁		296	14.5	10.2	1.8
30(火)	さんま煮魚 マセドアンサラダ ぶどう 麦茶	牛乳 ラスク	りんご	ご飯 若布汁		413	17.2	18.9	1.5
31(水)	焼き肉 ビーフソテー オレンジ 麦茶	ミルクプリン	牛乳 玉子ボーロ	ご飯 豆腐汁		328	14.9	18.0	2.4

※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