




こんげつの よてい こんだてひょう

平成20年 1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(火)					元旦				
2(水)									
3(木)									
4(金)									
5(土)									
6(日)									
7(月)	チキンカレー 小女子甘煮 グレーフルーツ 牛乳	ヤクルト 昆布 せんべい	牛乳 カステラ	カレーライス 牛乳		419	16.4	16.5	2.9
8(火)	鯛の味噌煮 ポテトサラダ みかん 麦茶	牛乳 甘バターサンド	ミルクプリン	ご飯 青菜汁		393	18.7	16.0	2.2
9(水)	鶏の唐揚げ 青菜そえ りんご かき玉汁	ヨーグルト せんべい	牛乳 ビスケット	ご飯 かき玉汁		355	21.3	13.7	3.1
10(木)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 みかん 麦茶	牛乳 クラッカー	りんご	ご飯 大根汁		383	15.3	15.3	2.2
11(金)	おかず焼きそば ボイルウィンナー 青菜そえ りんご 牛乳	ヤクルト ホットケーキ	牛乳 せんべい	ご飯 おかず焼きそば		557	16.3	24.3	2.7
12(土)	牛乳 クリームサンド 海老グラタン スウィティー	バナナ	ももゼリー	牛乳 クリームサンド		785	25.7	22.5	3.0
13(日)									
14(月)					成人の日				
15(火)	かつおの竜田揚げ 土佐和え みかん 麦茶	ヨーグルト 小魚	ヤクルト せんべい	ご飯 豆腐汁		210	22.1	4.0	1.4
16(水)	チーズハンバーグ シルバーサラダ りんご 大根汁	牛乳 ごまクリームパン	牛乳 ビスケット	ご飯 大根汁		469	19.6	22.0	4.9
17(木)	お赤飯 具入り卵焼き 青豆煮豆 フルーツ ヨーグルト こぶゆ	ヤクルト せんべい	ももゼリー	お赤飯 こぶゆ	お誕生会	574	27.3	12.1	5.7
18(金)	和風スパゲティレバーの甘辛煮 青菜そえ みかん 麦茶	牛乳 蒸かし芋	牛乳 カステラ	和風スパゲティ ご飯		455	14.5	11.7	1.3
19(土)	牛乳 メロンパン 野菜ソテー 八朔	バナナ	りんご	牛乳 メロンパン		533	19.8	12.2	2.8
20(日)									
21(月)	根菜たっぷり汁 竹輪の甘煮 きゅうり漬 りんご	ヨーグルト 昆布	牛乳 カステラ	ご飯 根菜たっぷり汁		234	14.3	4.7	4.1
22(火)	鮭焼魚 スパサラダ みかん 麦茶	牛乳 ラスク	ヤクルト せんべい	ご飯 豆腐汁		403	22.8	17.8	2.3
23(水)	ポテトコロッケ 干キャベツ 金時煮豆 りんご 麦茶	ミルクプリン	牛乳 玉子ポーロ	ご飯 青菜汁		360	13.0	13.4	2.6
24(木)	ひじきの寄せ煮 半月卵 キウイ 麦茶	牛乳 ビスコ	麦茶 クラッカー	ご飯 芋汁		352	15.7	19.7	0.9
25(金)	おかめうどん 揚げ出し豆腐 みかん	牛乳 若布おにぎり	りんご	ご飯 おかめうどん		554	27.1	17.7	3.6
26(土)	牛乳 サンドイッチ きんぴら バナナ	ヤクルト せんべい	ももゼリー	牛乳 サンドイッチ		723	21.4	21.4	3.3
27(日)									
28(月)	キャベツシチュー 笹巻揚げ 青菜そえ みかん	ヨーグルト 昆布 せんべい	牛乳 カステラ	ご飯 シチュー		431	18.7	12.2	3.8
29(火)	さんま煮魚 マセドアンサラダ りんご 麦茶	牛乳 揚げパン	麦茶 ビスケット	ご飯 豆腐汁					
30(水)	焼き肉 ビーフソテー みかん 若布汁	ヤクルト せんべい	りんご	ご飯 若布汁		291	12.1	8.2	14.1
31(木)	五色煮 卵焼き スウィティー 麦茶	牛乳 クラッカー	牛乳 玉子ポーロ	ご飯 青菜汁		374	16.8	14.9	2.7
※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			