

# こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 12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(水)	ミートボール 三色和え物 りんご 豆腐汁	野菜生活 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯		245	14.9	8.5	3.0
2(木)	酢豚 花卵 みかん 大根汁	牛乳 薩摩芋おにぎり	麦茶 ミニシュー	ご飯		454	18.4	17.8	2.8
3(金)	スパゲティポリタン レバーの甘辛煮 青菜そえ パナナ 牛乳	ヤクルト せんべい	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		367	13.9	11.0	2.0
4(土)	牛乳 ジャムサンド じゃがいも味噌がらめ みかん	鉄ももゼリー	ミルクプリン			491	17.1	14.5	1.6
5(日)									
6(月)	のっぺい汁 笹釜揚げ 漬け物 オレンジ	のむヨーグルト 小魚	牛乳 ビスケット	ご飯		269	16.9	8.8	2.3
7(火)	鮭のみぞれ煮 土佐和え りんご 若布汁	牛乳 ピザトースト	麦茶 せんべい	ご飯		309	19.7	11.2	3.1
8(水)	きんぴらごぼう 厚焼き卵 みかん 豆腐汁	気になる野菜 クラッカ	バナナ	ご飯		305	12.8	15.8	3.2
9(木)	焼き肉 ビーフソテー フルーツヨーグルト 白菜汁	牛乳 フライドポテト	麦茶 クッキー	ご飯		368	18.6	19.3	2.0
10(金)	みそうどん ポイルウィンナー 温野菜 りんご 牛乳	バナナ	ヤクルト せんべい	ご飯		399	14.0	13.1	4.4
11(土)	牛乳 おみやげパン みかん				発表会	157	7.0	7.7	0.2
12(日)									
13(月)	ポークカレー 小女子甘煮 キウイ 牛乳	ヨーグルトドーナツ	麦茶 カステラ	カレーライス		427	16.5	19.0	2.4
14(火)	鯖の味噌煮 かぼちゃサラダ みかん 豆腐汁	牛乳 チョコパン	ヤクルト せんべい	ご飯		395	20.2	20.3	2.7
15(水)	昆布寄せ煮 スクランブルエッグ オレンジ 青菜とえのき汁	野菜生活 ビスケット	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		319	18.3	11.9	2.3
16(木)	ハムカツ 三色和え物 金時煮豆 りんご 大根汁	牛乳 焼き芋	麦茶 ビスケット	ご飯		487	17.3	13.5	3.8
17(金)	かやくごはん 豚肉の甘辛煮 温野菜 フルーツパフェ なめこ汁	ヤクルト せんべい	牛乳 クッキー		お誕生会	336	15.1	10.3	1.6
18(土)	牛乳 野菜サンド カラフルサラダ りんご	バナナ	ミルクプリン			468	16.6	17.1	2.1
19(日)									
20(月)	栄養すいとん汁 天ぷら 漬け物 オレンジ	ヨーグルト 小魚	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		353	16.7	6.9	3.2
21(火)	鱈の味噌マヨネーズ焼 温野菜 りんご 豆腐汁	牛乳 大学芋	麦茶 ビスケット	ご飯		316	15.8	11.6	2.6
22(水)	五目納豆 冬至南瓜 みかん 若布汁	牛乳 ピーナッツパン	ヤクルト せんべい	ご飯	冬至	403	20.9	17.1	3.0
23(木)					天皇誕生日				
24(金)	ローストチキン マッシュサラダ トロリン スープ フルーツパフェ	ゼリー	牛乳 ビスケット	ご飯	クリスマス会	333	17.6	11.6	1.8
25(土)	牛乳 甘バターサンド 春雨ソテー みかん	ヤクルト せんべい	バナナ			400	12.4	12.7	1.9
26(日)									
27(月)	冬野菜シチュー 含め煮 キウイ	のむヨーグルト ビスケット	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		402	15.3	10.7	2.2
28(火)	焼魚 ひじきサラダ バナナ 豆腐汁	牛乳 パンプキンパン	麦茶 クッキー	ご飯		373	23.4	15.6	2.5
29(水)	鶏の唐揚 土佐和え りんご かき玉汁	気になる野菜 せんべい	ゼリー	ご飯		227	11.8	10.6	2.1
30(木)	シュリンプカレー 小女子甘煮 ヨーグルト あえ 牛乳		バナナ	カレーライス		318	13.9	14.0	2.5
31(金)									
						357	16.2	13.2	2.5

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。