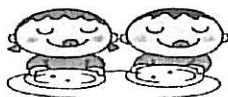


こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 7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(木)	五目昆布煮 花卵 グレーフルーツ 豆腐汁	牛乳 せんべい	ゼリー	ご飯		354	23.4	15.8	2.1
2(金)	おかず焼きそば カニさんウィンナー 青菜 そえ パナナ 牛乳	ヤクルト 胡麻団子	麦茶 ビスケット	ご飯		471	14.4	19.5	2.2
3(土)	牛乳 フルーツサンド ポテトのカレー炒め オレンジ	バナナ	ミルクプリン			497	18.2	15.0	1.0
4(日)									
5(月)	豆腐ハンバーグ 温野菜 グレーフルーツ かき玉汁	ヨーグルト 小魚	牛乳 せんべい	ご飯		268	20.7	10.7	1.7
6(火)	鯖の味噌煮 ポテトサラダ オレンジ 若布汁	牛乳 ジャムサンド	ヤクルト クラッカー	ご飯		416	22.1	16.1	2.1
7(水)	コーンシチュー 竹輪と高野豆腐の煮物 メロン	ヤクルト せんべい	麦茶 カステラ	ご飯		449	20.6	15.1	2.7
8(木)	五目ひじき煮 厚焼き卵 ヨーグルトあえ 大根汁	牛乳 ビスケット	バナナ	ご飯		433	22.9	20.9	2.9
9(金)	三色そうめん 天ぷら 漬け物 グレーフルーツ	麦茶 ゆかりおむすび	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		340	12.3	7.0	3.4
10(土)	親子カレー 半月卵 牛乳 パナナ		ゼリー		保育参観	450	15.4	20.0	2.2
11(日)									
12(月)	ころころスープ 笹かまカレー風味揚げ 青菜 そえ オレンジ	のむヨーグルト 小魚	ミルクプリン	ご飯		218	14.2	6.0	2.5
13(火)	さんま甘煮 中華サラダ メロン 大根汁	牛乳 ラスク	バナナ	ご飯		389	17.4	18.1	1.7
14(水)	焼き肉 ビーフソテー パナナ 豆腐汁	ヤクルト せんべい	牛乳 クラッカー	ご飯		359	12.9	15.0	2.2
15(木)	五目納豆 かぼちゃの甘煮 グレーフルーツ かき玉汁	牛乳 せんべい	麦茶 カステラ	ご飯		356	18.9	17.3	2.2
16(金)	冷やし中華 たこウィンナー 三色和え物 ヨーグルトアイス	野菜生活 クラッカー	ヤクルト せんべい		お誕生会	395	17.7	13.4	2.6
17(土)	牛乳 ビーナッツサンド きんぴら オレンジ	バナナ	ゼリー			531	16.5	13.0	1.8
18(日)									
19(月)					海の日				
20(火)	焼魚 かぼちゃのサラダ グレーフルーツ 豆腐汁	ヨーグルト せんべい	ヤクルト クラッカー	ご飯		280	21.7	9.1	1.4
21(水)	トンカツ キャベツの甘煮 金時煮豆 すいか 若布汁	牛乳 マヨネーズパン	麦茶 ビスケット	ご飯		420	21.0	18.9	2.5
22(木)	マーボー茄子 花卵 ヨーグルトあえ 青菜汁	ヤクルト せんべい	牛乳 玉子ポーロ	ご飯		314	18.6	8.8	1.2
23(金)	肉味噌うどん テーズサラダ オレンジ	ゼリー	バナナ	ご飯		293	13.1	7.9	2.6
24(土)	牛乳 チョコサンド 生揚げのケチャップ煮 パナナ	野菜生活 ビスケット	ミルクプリン			551	15.0	20.5	1.4
25(日)									
26(月)	うずら卵のカレー 小女子甘煮 すいか 牛乳	のむヨーグルト ビスケット	麦茶 カステラ	カレーライス		472	21.3	20.0	2.8
27(火)	白身魚の外付けソース コーンサラダ オレンジ 豆腐汁	牛乳 メロンパン	ヤクルト せんべい	ご飯		312	19.2	12.2	2.6
28(水)	照り焼きチキン 土佐和え パナナ 若布汁	麦茶 とうもろこし	ゼリー	ご飯		281	13.7	8.1	1.9
29(木)	肉じゃが煮 スクランブルエッグ ヨーグルトあえ 豆腐汁	牛乳 せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯		359	19.8	14.2	1.7
30(金)	ナスとトマトのスパレパの甘辛煮 メロン 牛乳	ヤクルト フライドポテト	野菜生活 玉子ポーロ	ご飯		376	11.9	16.9	2.5
31(土)	牛乳 エックサンド 青菜のごま和え オレンジ	バナナ	ミルクプリン			443	15.9	15.0	1.1
						386	17.6	14.4	2.1

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。