

こんげつの よてい こんだてひょう

平成22年 9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)	焼き肉 ビーフソテー すいか 青菜汁	麦茶 ポテトチーズ焼	牛乳 玉子ボーロ	ご飯	プール活動表	298	14.2	15.3	2.2
2(木)	マーボー茄子 花卵 ヨーグルトあえ なめこ汁	ヤクルト せんべい	牛乳 クラッカー	ご飯	金魚すくい	308	16.2	10.1	1.2
3(金)	スパゲティポリタン レバーの甘辛煮 青菜そえ オレンジ 牛乳	ミルクプリン	麦茶 ビスケット	若布おにぎり		424	19.3	19.7	2.1
4(土)	牛乳 ジャムサンド ジャーマンポテト ぶどう	バナナ	ゼリー			439	13.2	16.5	1.9
5(日)									
6(月)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 ぶどう 豆腐汁	ヨーグルト ビスケット	牛乳 カステラ	ご飯	流紋焼工場見	431	24.0	19.2	2.8
7(火)	さんま煮魚 かぼちゃサラダ オレンジ 若布汁	牛乳 甘バターサンド	麦茶 クラッカー	ご飯		500	21.4	24.3	2.3
8(水)	ミートボール 三色あえ 金時煮豆 バナナ 芋汁	麦茶 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯		386	18.4	13.4	2.4
9(木)	ヒレカツ きのこソテー ヨーグルトアイス 根菜汁	牛乳 スイートポテト	ミルクプリン	ご飯		465	25.1	19.0	2.3
10(金)	三色丼 照り焼きチキン プロコリ-おかか和え ぶどう かき玉汁	ヤクルト せんべい	牛乳 玉子ボーロ		お誕生会	452	18.3	14.6	2.0
11(土)	牛乳 ピーナッツサンド 和風サラダ オレンジ	ゼリー	バナナ		親子陶芸教室	433	17.0	8.8	1.6
12(日)									
13(月)	きのこシチュー 竹輪厚揚げ煮 漬け物 ぶどう	のむヨーグルト 小魚	牛乳 カステラ	ご飯		427	20.4	15.6	3.4
14(火)	まぐろカツ 三色和え物 バナナ 豆腐汁	牛乳 パンプキンパン	ヤクルト せんべい	ご飯		393	24.9	14.6	1.7
15(水)	カレーうどん マセドアンサラダ グレープフルーツ 牛乳	気になる野菜 クラッカー	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		410	11.5	16.7	3.5
16(木)	肉じゃが煮 花卵 ヨーグルトあえ 青菜汁	牛乳 ビスケットケーキ	麦茶 せんべい	ご飯		518	23.9	19.8	1.1
17(金)	きんぴら かぼちゃの甘煮 青菜そえ バナナ かき玉汁	野菜生活 ビスケット	牛乳 クラッカー	若布おにぎり	駅・消防署見	281	8.0	8.1	2.3
18(土)	牛乳 焼そばサンド 野菜サラダ オレンジ	ミルクプリン	バナナ			475	20.0	19.0	1.2
19(日)									
20(月)					敬老の日				
21(火)	焼魚 春雨サラダ ぶどう 豆腐汁	牛乳 ミルクリッチ	麦茶 ビスケット	ご飯		341	19.3	11.6	2.5
22(水)	月見カレー 小女子甘煮 グレープフルーツ 牛乳	気になる野菜 月見団子	バナナ	カレーライス	十五夜	475	19.4	18.7	3.5
23(木)					秋分の日				
24(金)	けんちんうどん ボイルウィンナー 漬け物 梨 牛乳	野菜生活 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯		323	10.8	15.9	3.1
25(土)	牛乳 甘バターサンド 昆布寄せ煮 オレンジ	バナナ	ゼリー			580	16.6	11.5	1.9
26(日)									
27(月)	お月見汁 笹カマ磯辺揚げ 漬け物 バナナ	のむヨーグルト せんべい	牛乳 カステラ	ご飯		297	15.9	9.9	3.7
28(火)	鯖の味噌煮 スパサラダ オレンジ 大根汁	牛乳 フレンチトースト	麦茶 ビスケット	ご飯		496	25.9	24.1	2.0
29(水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 フルーツヨーグルト 具だくさん汁	ヤクルト クラッカー	牛乳 玉子ボーロ	ご飯		457	22.6	12.1	3.4
30(木)	五目昆布煮 ス克蘭ブルエッグ ぶどう 豆腐汁	牛乳 ビスケット	ミルクプリン	ご飯		350	18.1	16.4	2.8
						415	18.5	15.6	2.4

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。