

こんげつの よてい こんだてひょう

平成23年 6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)	ささみ揚げ 土佐和え ニラ玉汁 オレンジ	プリン せんべい	動物ビスケット 牛乳	ご飯		306	20.7	8.4	2.3
2(木)	昆布の寄せ煮 スクランブルエッグ 豆麩汁 ヨーグルトあえ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯		365	20.4	15.9	4.0
3(金)	焼きそば ボイルウインナー きゅうり漬け 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ジョア(ストロベリー)	バナナ	ご飯		424	17.4	16.1	1.4
4(土)	ジャムサンド 中華ソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	クッキー 麦茶	ジャムサンド		521	17.9	14.9	1.6
5(日)									
6(月)	シュリンプシチュー 厚揚げとこんにゃくの煮物 青菜そえ バナナ	のむヨーグルト 玉子ポーク	せんべい ヤクルト	ご飯		457	18.6	15.6	3.1
7(火)	まぐろの竜田揚げ ほうれん草のごま和え 若布汁 グレープフルーツ	クラッカー ヤクルト400	バナナ	ご飯		251	15.5	6.5	1.6
8(水)	焼き肉 ビーフソテー 青菜汁 オレンジ	ピザパン 野菜生活	玉子ポーク 牛乳	ご飯		420	19.9	18.0	2.6
9(木)	マーボー豆腐 半月卵 大根汁 ヨーグルトあえ	焼き芋 牛乳	クッキー 麦茶	ご飯		455	23.3	15.2	1.9
10(金)	◇お誕生会◇ さつま芋ご飯 ハムカツ 三色和え コロコロスープ オレンジ	せんべい カルピス	プリン		お誕生会	480	15.8	9.1	2.3
11(土)	クロワッサンサンド きのこソテー 豆乳 グレープフルーツ	ビスケット 牛乳	せんべい ヤクルト	クロワッサンサンド		758	21.7	47.9	2.2
12(日)									
13(月)	むらくも汁 竹輪のカレー揚げ 青菜そえ オレンジ	ヨーグルト 食べる小魚	クッキー 牛乳	ご飯		304	22.4	7.8	2.8
14(火)	ししゃも唐揚げ かぼちゃサラダ しめじ汁 グレープフルーツ	おやつパン(甘バター) 牛乳	玉子ポーク 野菜生活	ご飯		435	18.8	20.5	2.3
15(水)	ミートボール 温野菜 ニラ汁 ヨーグルトあえ	せんべい ジョア(ブルーベリー)	プリン	ご飯		409	24.5	12.1	2.3
16(木)	五目ひじき煮 厚焼き卵 若布汁 バナナ	フルーツ白玉 牛乳	ビスケット カルピス	ご飯		454	18.8	17.2	2.3
17(金)	ミートソーススパゲッティ レバーの甘煮 きゅうり漬け 牛乳 グレープフルーツ	ミルクプリン せんべい	カステラ 麦茶	ご飯		351	16.9	11.4	2.1
18(土)	チョコサンド コーンサラダ 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	チョコサンド		593	14.9	26.2	0.9
19(日)									
20(月)	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	のむヨーグルト せんべい	プリン	カレーライス		745	26.3	15.5	4.7
21(火)	焼き魚 ブロッコリーサラダ ニラ玉汁 バナナ	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	クッキー 麦茶	ご飯		404	19.9	16.6	1.5
22(水)	チキンカツ 干きゃべつ和え 若布汁 オレンジ	せんべい ヤクルト400	玉子ポーク 牛乳	ご飯		324	13.4	11.2	2.1
23(木)	五目納豆 さつま芋のバター煮 青菜汁 ヨーグルトあえ	ビスケット 牛乳	バナナ	ご飯		437	22.5	15.3	2.0
24(金)	卵とじそうめん 竹輪の肉味噌炒め 青菜そえ バナナ	おにぎり 野菜生活	せんべい 牛乳	ご飯		370	13.8	5.5	2.5
25(土)	ソフトフランスピーナツサンド マカロニサラダ 牛乳 キウイ	ミルクプリン せんべい	ビスケット ヤクルト	ソフトフランスピーナツ		604	20.4	19.4	2.2
26(日)									
27(月)	春雨スープ 鶏のさっぱり煮 ボイルブロッコリー バナナ	ヨーグルト 食べる小魚	玉子ポーク 牛乳	ご飯		302	18.6	10.6	1.8
28(火)	まぐろの照り焼き 春雨サラダ かき玉汁 メロン	おやつパン(あんパン) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯		355	19.1	15.3	1.8
29(水)	松風焼き 三色和え 若布汁 ヨーグルトあえ	せんべい カルピス	バナナ	ご飯		345	21.1	7.7	1.9
30(木)	じゃが芋入り酢豚 半月卵 青菜汁 オレンジ	クラッカー ヤクルト400	せんべい 牛乳	ご飯		304	12.7	10.8	1.4

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。