


こんげつの よてい こんだてひょう

平成23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(金)	五目焼きうどん ポイルウインナー きゅうり漬け牛乳 メロン	せんべい スポロン	玉子ボーロ 野菜生活	ご飯		535	14.2	16.8	1.9
2(土)	甘バターサンド レタスソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	ビスケット ヤクルト	甘バターサンド		682	18.6	17.6	2.0
3(日)									
4(月)	コーンシチュー 竹輪のひき肉煮 青菜そえ メロン	のむヨーグルト ビスケット	ドーナツ 麦茶	ご飯		487	20.9	19.5	2.9
5(火)	さばの味噌煮 アスパラサラダ じゃが芋汁 グレープフルーツ	おやつパン(ピーナッツ) 牛乳	バナナ	ご飯		442	21.3	19.5	2.6
6(水)	ハムチーズサンドフライ 温野菜 豆麩汁 ヨーグルトあえ	手作りちまき 牛乳	ビスケット スポロン	ご飯		471	25.7	13.4	2.7
7(木)	五色煮 スクランブルエッグ 若布汁 オレンジ	プリン せんべい	ごまクラッカー 野菜生活	ご飯		371	15.8	15.3	2.4
8(金)	マーボーそうめん 竹輪の甘煮 青菜そえ グレープフルーツ	おにぎり ジョア(ストロベリー)	せんべい ヤクルト	ご飯		444	20.3	6.3	3.6
9(土)	炊き込みご飯 ひじきの寄せ煮 きゅうりの浅漬け 青菜汁 バナナ		ミルクプリン		保育参観	308	11.5	7.4	2.4
10(日)									
11(月)	ココロスープ 笹かま揚げ 青菜そえ メロン	ヨーグルト 食べる小魚	玉子ボーロ 牛乳	ご飯		371	20.3	14.8	3.1
12(火)	ししゃも唐揚げ 土佐和え かき玉汁 オレンジ	黒糖玄米パン 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯		410	20.7	16.5	2.1
13(水)	照り焼きチキン カラフルサラダ なす汁 ヨーグルトあえ	せんべい ヤクルト400	ビスケット 麦茶	ご飯		390	18.5	16.2	2.2
14(木)	肉じゃが 厚焼き卵 若布汁 グレープフルーツ	手作りドーナツ 牛乳	ゼリー	ご飯		604	18.9	26.0	2.0
15(金)	☆お誕生会☆ 冷やし中華 たこさんウインナー 青菜和え 金時煮豆 フローズンヨーグルト	ミルクプリン せんべい	クッキー 牛乳		お誕生会	519	24.5	14.3	2.8
16(土)	チョコサンド ポテトサラダ 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい 野菜生活	チョコサンド		636	13.8	25.1	1.1
17(日)	  								
18(月)	海の日								
19(火)	カツオの照り焼き マカロニサラダ 若布汁 オレンジ	フレンチトースト 牛乳	プリン	ご飯		440	25.2	19.6	2.6
20(水)	トマトカレー 小女子甘煮 牛乳 メロン	のむヨーグルト せんべい	玉子ボーロ ヤクルト	カレーライス		379	20.9	13.2	2.1
21(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		452	22.4	17.9	2.1
22(金)	ソース焼きそば ポイルウインナー きゅうり漬け牛乳 バナナ	アイス	せんべい ヤクルト	ご飯	新潟遠足	431	14.3	18.8	1.7
23(土)	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 厚揚げケチャップ煮 牛乳 スイカ	せんべい ジョア(白ぶどう)	ごまクラッカー 麦茶	ソフトフランスパン		619	23.1	19.1	1.4
24(日)									
25(月)	シューマイ 三色和え なす汁 バナナ	ヨーグルト 食べる小魚	ビスケット 牛乳	ご飯		381	24.1	8.6	2.0
26(火)	焼き肉 ビーフソテー かき玉汁 メロン	ラスク きになる野菜	せんべい 牛乳	ご飯		426	24.1	18.7	1.9
27(水)	焼き魚 ごぼうサラダ 若布汁 ヨーグルトあえ	せんべい 牛乳	ミルクプリン	ご飯		365	12.0	12.9	2.7
28(木)	マーボー茄子 半月卵 青菜汁 グレープフルーツ	とうもろこし 牛乳	カステラ 麦茶	ご飯	キャンプ	332	17.3	14.8	1.7
29(金)	夏野菜スパゲッティ レバー甘煮 きゅうり漬け牛乳 オレンジ	アイス	せんべい 野菜生活	ご飯	キャンプ	338	14.3	10.8	2.6
30(土)	焼きそばパン 青菜和え 豆乳 スイカ	せんべい 牛乳	玉子ボーロ ヤクルト	焼きそばパン		618	24.2	22.8	2.1
31(日)									

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。