

# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成23年 10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(土)	豚汁 漬け物 バナナ	おみやげパン 牛乳			運動会				
2(日)									
3(月)	きのこカレー 小女子甘煮 牛乳 梨	ヨーグルト 食べる小魚		カレーライス		314	23.5	11.3	2.0
4(火)	さばの味噌煮 ポテトサラダ グレープフルーツ	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳		ご飯		537	18.8	25.1	2.2
5(水)	五目納豆 さつま芋バター煮 ぶどう	せんべい チーズ ヤクルト400		ご飯		390	13.5	14.3	2.8
6(木)	マーボー豆腐 半月卵 キウイ	ビスコ 牛乳		ご飯		402	27.3	13.7	2.1
7(金)	けんちんうどん 竹輪の磯辺揚げ 青菜そえ バナナ	おにぎり ジョア(ブルーベリー)		ご飯		557	21.1	17.3	2.5
8(土)	メロンパン エビグラタン 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい		メロンパン		678	25.7	24.6	2.6
9(日)									
10(月)	体育の日								
11(火)	焼き肉 ビーフソテー バナナ	せんべい 野菜生活		ご飯		337	13.4	11.2	2.3
12(水)	まぐろカツ 三色和え グレープフルーツ	マヨネーズパン 牛乳		ご飯		480	21.6	26.9	2.4
13(木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 キウイ	ビスケット 牛乳		ご飯		466	24.3	17.9	2.1
14(金)	五目焼きそば ボイルウインナー 牛乳 梨	プリン せんべい		ご飯		473	18.5	21.4	2.1
15(土)	野菜サンド 粉ふき芋 豆乳 オレンジ	クラッカー ジョア(白ぶどう)		野菜サンド		714	24.8	28.3	2.4
16(日)									
17(月)	のっぺい汁 ささみ揚げ 青菜そえ ぶどう	のむヨーグルト		ご飯		402	21.7	11.4	2.5
18(火)	焼き魚 ごぼうサラダ グレープフルーツ	おやつパン(ピーナッツ) 牛乳		ご飯		420	22.5	16.8	2.1
19(水)	きのこハンバーグ 温野菜 オレンジ	スイートポテト 野菜生活		ご飯		270	14.9	9.0	2.1
20(木)	肉じゃが 半月卵 梨	ビスコ 牛乳		ご飯	創立記念日	537	21.8	16.9	2.2
21(金)	◇お誕生会◇ 舞茸ご飯				お誕生会	563	27.7	16.6	2.5
22(土)	ソフトフランス(ジャム&マーガリン)じゃが芋のスクランブルエッグ 牛乳 ぶどう	バナナ		ソフトフランスパン		636	16.6	19.9	1.7
23(日)									
24(月)	秋野菜シチュー 竹輪とこんにゃくの煮物 漬け物 バナナ	ヨーグルト 食べる小魚		ご飯		439	21.4	11.1	2.3
25(火)	さんま甘煮 さつま芋サラダ グレープフルーツ	おやつパン(黒糖玄米パン) 牛乳		ご飯		439	19.0	16.6	1.9
26(水)	いが蒸し団子 青菜和え ぶどう	クラッカー チーズ ジョア(ストロベリー)		ご飯		332	16.8	10.1	2.2
27(木)	里芋の煮物 スクランブルエッグ 梨	りんご蒸しパン 牛乳		ご飯		563	26.6	14.7	1.9
28(金)	スパゲッティミートソース レバー甘煮 牛乳 りんご	せんべい スポロン		ご飯	焼き芋パーティー	587	14.3	8.8	1.8
29(土)	チョコサンド きのこソテー 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい		チョコサンド		738	22.9	32.3	1.9
30(日)									
31(月)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	のむヨーグルト		カレーライス		421	18.7	15.1	2.4

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。