

こんげつの よてい こんだてひょう



平成25年 12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(日)									
2(月)	のっぺい汁 笹かまの磯辺揚げ 漬け物 りんご	のむヨーグルト 小魚ビスケット	バナナ	ごはん		422	20.2	12.4	2.4
3(火)	マグロの照り焼き ごま和え キャベツ汁 バナナ	せんべい ヤクルト	玉子ポーロ 牛乳	ごはん		270	15.2	2.0	1.9
4(水)	焼き肉 シーフードビーフソテー 若布汁 みかん	玄米パン 牛乳	ミルクプリン	ごはん		408	20.4	15.8	1.9
5(木)	筑前煮 スクランブルエッグ 青菜汁 ピーチヨーグルト	ももゼリー せんべい	クラッカー 牛乳	ごはん		360	20.1	9.2	2.0
6(金)	☆お誕生会☆エビピラフ ミートポール マッシュサラダ コンソメスープ オレンジ	スイートポテト 牛乳	せんべい フルーツジュース		お誕生会	662	26.0	28.7	3.1
7(土)	ソフトフランスパン(あんバター) 厚揚げの中華煮 牛乳 グレープフルーツ	バナナ	ウエハース ほうじ茶	ソフトフランスパン		537	18.8	16.6	1.2
8(日)									
9(月)	ブロッコリーシチュー ちくわとこんにやくの煮物 みかん	ヨーグルト 昆布 せんべい	アスパラガス 牛乳	ごはん		405	21.4	6.1	2.2
10(火)	サバの味噌煮 かぼちゃサラダ 豆腐汁 りんご	ドッグパン 牛乳	せんべい スポロン	ごはん		480	22.4	26.4	2.4
11(水)	チキンカツ キャベツ和え えのき汁 オレンジ	ビスコ 牛乳	バナナ	ごはん		418	15.7	20.0	1.7
12(木)	マーボー豆腐 花型卵 大根汁 パインヨーグルト	プリン せんべい	動物ビスケット ヤクルト	ごはん		437	25.1	15.4	2.1
13(金)	五目焼きそば ボイルウインナー 牛乳 りんご	せんべい ジョア(レモン)	ごまクラッカー ほうじ茶	ごはん		465	17.1	17.1	1.6
14(土)	おみやげパン 牛乳 みかん				発表会	421	9.0	15.8	0.6
15(日)									
16(月)	中華スープ ささみ揚げ 青菜和え オレンジ	のむヨーグルト 小魚 干し芋	せんべい ヤクルト	ごはん		355	24.5	8.0	1.3
17(火)	焼き魚 ポテトサラダ 青菜汁 りんご	せんべい スポロン	玉子ポーロ 牛乳	ごはん		320	14.7	7.4	1.3
18(水)	煮込みハンバーグ 温野菜 じゃがいも汁 グレープフルーツ	チョコパン 牛乳	せんべい ほうじ茶	ごはん		428	23.1	16.4	2.5
19(木)	五目納豆 さつまいものバター煮 白菜汁 バナナ	ビスケット 牛乳	りんごゼリー	ごはん		398	16.1	13.6	1.7
20(金)	温そうめん 揚げ出し豆腐 冬至かぼちゃ みかん	おにぎり 野菜生活	ビスコミルミル	ごはん		367	12.6	7.4	1.9
21(土)	エッグサンド キャベツのおかか和え 豆乳 オレンジ	バナナ	せんべい 牛乳	エッグサンド		567	19.4	19.9	1.4
22(日)									
23(月)	天皇誕生日								
24(火)	白身魚のホイル焼き 三色和え 豆腐汁 みかん	フルーツヨーグルト ウエハース	動物ビスケット 牛乳	ごはん		337	19.5	7.5	1.7
25(水)	ミートローフ コールスローサラダ かき玉汁 うさぎりんご	手作りマドレーヌ 牛乳 《クリスマスケーキ》	せんべい フルーツジュース	ごはん	クリスマス会	725	26.8	32.0	2.4
26(木)	里芋の煮物 厚焼き卵 大根汁 グレープフルーツ	甘バターパン 牛乳	バナナ	ごはん		357	18.8	14.8	2.0
27(金)	クリームスパゲッティ レバーの甘煮 牛乳 オレンジ	クラッカー チーズ ジョア(白ぶどう)	プリン	ごはん		451	17.4	19.0	2.1
28(土)	ピーナッツサンド 豆乳たっぷりスープ 麦茶 バナナ	せんべい ヤクルト	玉子ポーロ 牛乳	ピーナッツサンド		490	13.7	13.1	1.7
29(日)									
30(月)	チキンカレー 小女子 牛乳 みかん		せんべい ほうじ茶	チキンカレーライス	午前保育	319	14.0	12.0	2.5
31(火)	年末年始休業								

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。