

# こんげつの よてい こんだてひょう



平成27年 1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(木)										
2(金)										
3(土)										
4(日)										
5(月)										
6(火)	焼き魚 ポテトサラダ 豆腐汁 オレンジ	せんべい 牛乳	動物ビスケット ほうじ茶	ごはん		328	16.7	8.4	1.3	
7(水)	蒸し団子 温野菜 若布汁 みかん	ミルクリッチ 牛乳	バナナ	ごはん		407	20.0	16.7	1.9	
8(木)	八宝菜 さつまいも煮 えのき汁 みかん	のむヨーグルト 昆布	せんべい 牛乳	ごはん	団子さし	377	19.5	10.1	1.8	
9(金)	焼きそば ボイルウインナー かき玉汁 りんご	焼き芋 野菜生活	ミルクプリン	ごはん		350	12.3	13.5	2.3	
10(土)	エッグパン わかめサラダ 豆乳 グレープフルーツ	ももゼリー せんべい	ふ菓子 牛乳	エッグパン		629	22.6	26.7	2.2	
11(日)										
12(月)										
13(火)	すいとん汁 五目納豆 きゅうり漬け みかん	せんべい ヤクルト	玉子ポーロ 牛乳	ごはん		423	18.1	10.4	2.4	
14(水)	焼き肉 ビーフソテー 豆腐汁 みかん	フレンチトースト 牛乳	せんべい りんごジュース	ごはん		538	25.5	21.6	2.5	
15(木)	おでん 漬け物 ニラ汁 りんご	ビスコ きになる野菜	バナナ	ごはん		327	15.5	12.4	3.6	
16(金)	☆お誕生会☆お赤飯 プリの照り焼き 青菜和え 黒豆 こぶゆ フルーツヨーグルト	カップケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶		お誕生会	689	34.4	18.8	3.4	
17(土)	ピーナッツサンド 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 バナナ	プリン せんべい	ウエハース ミルミル	ピーナッツサンド		595	23.0	21.3	1.6	
18(日)										
19(月)	コーンシチュー ちくわの肉味噌炒め ミニトマト みかん	ヨーグルト 小魚	せんべい 野菜生活	ごはん		425	26.2	8.6	2.7	
20(火)	磯辺つくね ごま和え 豆腐汁 バナナ	せんべい スポロン	ふ菓子 牛乳	ごはん		304	20.9	6.7	2.0	
21(水)	煮魚 ごぼうサラダ 青菜汁 みかん	パンプキンパン 牛乳	プリン	ごはん		346	22.1	13.6	1.2	
22(木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 若布汁 りんご	手作りドーナッツ 牛乳	バナナ	ごはん		435	17.5	19.2	2.1	
23(金)	クリームスパゲッティー レバーの甘辛煮 野菜スープ みかん	クラッカー チーズ ジョア(ブルーベリー)	ビスコ 牛乳	ごはん		526	24.0	19.9	2.5	
24(土)	チョコサンド じゃがいもソテー 牛乳 スウィーティー	バナナ	せんべい ヤクルト	チョコサンド		450	10.3	17.1	1.0	
25(日)										
26(月)	きんぴらごぼう ス克蘭ブルエッグ 青菜汁 みかん	のむヨーグルト 昆布	ミルクプリン	ごはん		338	19.2	9.6	2.0	
27(火)	さわらの照り焼き スパゲッティーサラダ 大根汁 オレンジ	ビスケット 牛乳	せんべい ヤクルト	ごはん		401	19.2	20.5	1.8	
28(水)	鶏肉の唐揚げ 土佐和え 豆腐汁 スウィーティー	セサミパン 牛乳	バナナ	ごはん		355	16.3	16.1	2.0	
29(木)	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	せんべい 野菜生活	クラッカー ほうじ茶	チーズカレーライス		406	18.2	12.9	3.7	
30(金)	味噌煮込みうどん 揚げ出し豆腐 ミニトマト バナナ	おにぎり ジョア(プレーン)	動物ビスケット 牛乳	ごはん		419	15.1	8.8	2.0	
31(土)	ソフトフランスパン(ジャムマーガリン) グラタン 牛乳 みかん	りんごゼリー せんべい	ウエハース フルーツジュース	ソフトフランスパン		607	15.8	19.9	2.0	

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。