

平成29年1月 献立表

日 曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー kcal	タンパクg	食塩相当 量g	行事等
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食				
1 日								
2 月								
3 火								
4 水								
5 木								
6 金	和風スパゲティ コールスロー サラダ 野菜スープ みかん	ジョア チーズ クラッカー	ほうじ茶 玉子ポー ロ	和風スパゲティ	526	23.5	14.8	1.5
7 土	チョコサンド 中華ソテー 牛 乳 オレンジ	フリン せんべい	ヨーグルト	チョコサンド	557	17.5	19.1	1.7
8 日								
9 月	成人の日							
10 火	焼肉 ビーフソテー とうり んスープ みかん	スポロン せんべい	オレンジジュース せんべい	ご飯	349	14.8	11.5	1.4
11 水	フリの照り焼き スパゲティサ ラダ 白菜汁 みかん	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯	453	18.8	21.6	0.8
12 木	ひじきの煮物 野菜キャシュ 若布汁 フルーツヨーグルト	せんべい 牛乳	ほうじ茶 ビスケット	ご飯	383	16.9	14.8	2.6
13 金	あったかどうめん 天ぷら 牛 乳 りんご	おにぎり ジョア	ヤクルト せんべい	温どうめん	619	20.6	10.4	4.1
14 土	サンドイッチ ジャが芋のソ テー 牛乳 スイーティー	バナナ	ぶどうゼリー	サンドイッチ	561	19.7	23	2.2
15 日								
16 月	白菜シチュー ちくわの煮物 牛乳 みかん	ヤクルト せんべい	ほうじ茶 玉子ポー ロ	ご飯	326	13.8	8.9	1
17 火	ヒレカツ キャベツ和え なめ こ汁 みかん	手作りヨーグルト 昆布	ぶどうゼリー	ご飯	254	17.1	5.5	1.5
18 水	焼き魚 マカロニサラダ こづ ゆ 煮豆 赤飯 スイーティー	ワッフル 牛乳	バナナ	赤飯	570	34.1	11.1	1.2
19 木	おでん 漬物 牛乳 りんご	ぶどうジュース せんべい	ヨーグルト	ご飯	290	14	7.2	2.1
20 金	ちゃんぽんうどん 笹かまの磯 辺揚げ 牛乳 みかん	アップルパイ 野菜生活	スポロン せんべい	ちゃんぽん うどん	354	10.3	13.8	1.3
21 土	ソフトフランスピーナツパン グラタン 牛乳 オレンジ	フリン せんべい	ほうじ茶 麩菓子	ソフトフランス ピーナツパン	660	23.1	24.4	1.6
22 日								
23 月	鶏肉のさっぱり煮 土佐和え ワンタンスープ みかん	飲むヨーグルト 小 魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	296	19.1	7.1	2.5
24 火	きのこハンバーグ 温野菜 白 菜汁 りんご	せんべい 牛乳	バナナ	ご飯	409	25	19.5	1.3
25 水	タラの磯部揚げ ゴマ和え えのき汁 みかん	フレンチトースト 牛乳	ヨーグルト	ご飯	365	16.9	13.2	2.2
26 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 若布汁 バナナ	ヤクルト せんべい	ほうじ茶 玉子ポー ロ	焼きそば	356	12	11.7	1.5
27 金	焼きそば 青菜和え 野菜 スープ みかん	フルーツジュース ビスケット	りんごゼリー	ご飯	302	11.6	8.6	2.2
28 土	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 りんご	アイス	ほうじ茶 麩菓子	甘バターサンド	608	17.9	29.7	1.6
29 日								
30 月	鶏肉のバベキューソース 三色 和え 白菜汁 みかん	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯	248	13.6	7.7	1.5
31 火	ポークカレー 小女子 牛乳 りんご	ジョア せんべい	バナナ	ご飯	380	16.5	11.5	1.5

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園