

平成28年7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	資質g	食塩相当量g	行事等
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 金	シーフード焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 とうがんスープ オレンジ	フリン せんべい	ほうじ茶 ビスケット	シーフード 焼きそば	399	13	16.8	3.1	
2 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) レタスソテー 牛乳 ゴールドテンキウイ	バナナ	ぶどうゼリー	ソフトフランス ジャム&マーガリン	442	14.2	15.9	1.5	
3 日									
4 月	赤うおの煮魚 マカロニサラダ えのき汁 スイカ	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯	233	13.8	6.4	2.4	
5 火	ミートボール 温野菜 すまし汁 グレープフルーツ	スポロン せんべい	ほうじ茶 卵ボーロ	ご飯	284	12	9.2	1.5	
6 水	切干大根 かぼちゃキッシュ 若布汁 メロン	じゃが丸くん 牛乳	バナナ	ご飯	346	15.7	15.1	2.4	
7 木	ハッシュドポーク 青菜和え 野菜 スープ グレープフルーツ	おやつパン 牛乳	ほうじ茶 麩菓子	ご飯	351	10.6	17.1	2.2	
8 金	夏野菜のトマトスパゲティ レ バーの竜田揚げ わかめスープ スイカ	アイス	ヨーグルト	夏野菜トマト スパゲティ	518	13.2	19.7	2.2	
9 土	メロンパン 牛乳	バナナ	りんごゼリー	メロンパン	314	11.7	12.7	0.8	保育参観
10 日									
11 月	厚揚げみそ焼 長いもどろ煮 けんちん汁 メロン	飲むヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	384	23.3	10.9	1.9	
12 火	きんぴらごぼう スクランブル エッグ えのき汁 ゴールドテン キウイ	ジョア せんべい	ヨーグルト	ご飯	340	17.2	9.4	2	
13 水	焼き魚 マセドアンサラダ 根 菜汁 オレンジ	フレンチトースト 牛乳	バナナ	ご飯	415	20.4	17.2	1	
14 木	スタミナカレー 小女子 牛乳 バナナ	ビスケット 野菜生活	ヤクルト せんべい	ご飯	331	10.8	12.5	1.8	
15 金	冷やし中華 鶏肉のバベキュー ソース 牛乳 とうもろこし ス イカ	アイス	ほうじ茶 ビスコ	冷やし中華	513	19	23.1	1.1	お誕生会
16 土	ツナコーンサンド じゃが芋のソ テー 豆乳(コーヒー) オレンジ	ゼリー せんべい	ほうじ茶 玉子ボーロ	ツナコーンサ ンド	598	19.5	20.3	1.6	
17 日									
18 月									
19 火	焼肉 シーザーサラダ かき玉汁 バナナ	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯	315	18	13.7	1.6	
20 水	さんまのかば焼き 春雨サラダ 若布汁 ゴールドテンキウイ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯	485	17.9	23.9	1.9	
21 木	マーボー茄子 花型卵 青菜汁 メロン	アイス	ヨーグルト	ご飯	370	13.6	19	1.4	
22 金	カレーうどん まさご揚げ 牛 乳 スイカ	おにぎり ジョア	ほうじ茶 麩菓子	カレーうどん	551	25.2	14.9	2.7	新潟遠足
23 土	甘バターサンド グラタン 牛 乳 ゴールドテンキウイ	スポロン せんべ い	ほうじ茶 玉子ボーロ	甘バターサンド	612	21.8	23.2	1.2	
24 日									
25 月	ヘルシーミートローフ マッシュ ポテト えのき汁 ゴールドテンキ ウイ	飲むヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	373	21.9	13.4	2.7	
26 火	かぼちゃシチュー ちくわの煮 物 牛乳 バナナ	ヤクルト クラッ カー チーズ	フリン	ご飯	362	15.5	10.7	1.1	
27 水	カレイのマリネ キャベツ和え なめこ汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	ヨーグルト	ご飯	365	15	15.1	1.7	
28 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 むらくも汁 スイカ	ビスケット 牛乳	バナナ	ご飯	323	17.7	11.6	2.7	サマーキャ ンプ
29 金	冷やしそうめん 豚肉とパプリカ 炒め 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	ほうじ茶 ビスケット	冷やしそうめん	375	8.8	9.8	2.2	↓
30 土	あんバターパン ビーフソテー 牛乳 ゴールドテンキウイ	野菜生活 ビスコ	スポロン せんべい	あんバターパン	398	12.7	15.9	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。

面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園