

# 平成28年11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 火	ハンバーグ ポイル野菜 すまし汁 みかん	せんべい ヤクルト	ほうじ茶 ビスケット	ご飯	335	18.3	12	1.5	
2 水	タラのホイル焼き 春雨サラダ 若布汁 オレンジ ご飯	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯	338	15.9	12	1.6	
3 水									文化の日
4 金	トマトクリームスパゲティ シーザーサラダ 野菜スープ みかん	焼き芋 牛乳	ぶどうゼリー	トマトクリームスパゲティ	512	15.3	21.9	1.5	焼き芋パーティー
5 土	あんバターパン 厚揚げの中華煮 牛乳 りんご	バナナ	ヤクルト せんべい	あんバターパン	455	15.1	20.7	1.8	
6 日									
7 月	鶏肉のさっぱり煮 土佐和え ポトフ バナナ ご飯	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯	257	15.2	7	2.8	
8 火	ポークカレー 小女子 牛乳 みかん	せんべい スポロン	ほうじ茶 麩菓子	ご飯	329	10.6	10.2	1.6	りんご狩り
9 水	焼きうどん ウィナー 野菜生活 りんご	おやつパン 牛乳	バナナ	焼うどん	414	14.9	18.8	1.8	
10 木	マーボー豆腐 野菜キッシュ すまし汁 オレンジ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	ヨーグルト	ご飯	373	18.3	19.6	1.7	
11 金	あんかけそうめん 車麩の揚げ浸し 牛乳 みかん	ジョア せんべい	プリン	あんかけそうめん	557	23	10.6	3.4	
12 土	ソフトフランスピーナツパン バナナ 牛乳	ゼリー せんべい	ほうじ茶 ビスケット	ソフトフランスピーナツ	430	12.2	9.4	1.2	
13 日									
14 月	焼き魚 シーザーサラダ 根菜汁 りんご	飲むヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	280	20.1	6.8	1.2	
15 火	鶏のから揚げ ゴマ和え えのき汁 みかん	せんべい フルーツジュース	ほうじ茶 ビスコ	ご飯	330	12.4	12.2	2.3	
16 水	五目納豆 さつまいもの甘煮 白菜汁 りんご	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯	346	13.8	13.4	1.6	
17 木	切干大根 洋風厚焼き卵 白菜汁 オレンジ	せんべい 牛乳	ヨーグルト	ご飯	311	14.3	12.4	1.6	
18 金	きのこご飯 ヒレカツ キャベツ和え 五目汁 みかん	アイス	ほうじ茶 麩菓子	きのこご飯	490	19.8	20.3	1.6	お誕生会
19 土	エッグパン 春雨ソテー 豆乳(コーヒー) バナナ	ゼリー せんべい	ほうじ茶 ビスケット	エッグパン	664	21.3	23.7	1.9	
20 日									
21 月	厚揚げみそ焼 長いもどぼろ煮 けんちん汁 スイティー	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯	336	19.4	10.4	1.7	
22 火	花シュウマイ 温野菜 なめこ汁 みかん	おやつパン 牛乳	ヨーグルト	ご飯	355	13	13.9	1.1	
23 水									勤労感謝の日
24 木	赤うおの煮魚 マカロニサラダ 白菜汁 オレンジ	アップルパイ 牛乳	バナナ	ご飯	344	13.8	14.9	0.9	
25 金	ちゃんぽんうどん 天ぷら 牛乳 バナナ	ヤクルト せんべい	ほうじ茶 玉子ポーロ	ちゃんぽんうどん	360	10.9	9.7	1.2	
26 土	クリームサンド ジャガ芋のソテー 牛乳 みかん	バナナ	スポロン せんべい	クリームサンド	452	15.1	18	1.2	
27 日									
28 月	マカロニシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 スイティー	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	307	13.3	10	1.4	
29 火	焼肉 ナムル とろりんスープ りんご	プリン せんべい	ほうじ茶 玉子ポーロ	ご飯	402	13.6	20.5	1.8	
30 水	さわらのチーズフライ 三色和え 若布汁 みかん	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯	431	19.6	18.3	2.2	

※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