



平成29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	タンパク質g	脂質g	食塩相当量g	行事等
	副食	間食 (PM)	間食 (AM)	主食					
1 土	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) レタスソテー 牛乳 パナナ	プリン センべい	アスパラガス ほうじ茶	ソフトフランスパン	544	16.1	18.9	1.8	
2 日									
3 月	焼き魚 かぼちゃサラダ きゃべつ汁 メロン	フルーツヨーグルト 小魚	せんべい リンゴジュース	ご飯	236	15.7	7.5	0.7	
4 火	千キンカツ 千切キャベツ ニラ玉汁 スイカ	ムーンライト 牛乳	クラッカー スポロン	ご飯	365	16.1	18.1	1.3	
5 水	トマトシチュー ちくわど厚揚げの煮物 ほうじ茶 ゴールデンキウイ	チョコパン 牛乳	バナナ	ご飯	361	13.3	14.3	1.1	
6 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 牛乳 パナナ	アイス	せんべい ヤクルト	ご飯	414	13.4	19.1	1.3	
7 金	豚おろしそうめん かぼちゃの甘煮 牛乳 オレンジ	しらすおにぎり ジョア	玉子ポーロ ほうじ茶	豚おろしそうめん	570	23.5	8.2	2.6	
8 土	メロンパン 牛乳 パナナ		りんごゼリー	メロンパン	357	12.3	12.8	0.8	保育参観
9 日									
10 月	たらの磯辺揚げ 春雨サラダ きゃべつ汁 メロン	じゃが丸くん 牛乳	せんべい みかんジュース	ご飯	307	13.7	12.3	1.5	
11 火	煮込みハンバーグ 温野菜 若布汁 スイカ	せんべい スポロン	ビスケット ほうじ茶	ご飯	436	24.6	16.6	2	
12 水	五目昆布煮 ス克蘭フルエッグ 絹さや汁 パナナ	ピーナツパン 牛乳	ぶどうゼリー	ご飯	420	18.4	16.7	2.2	
13 木	チーズカレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ	ビスケット 気にな野菜	せんべい ヤクルト	ご飯	353	11.4	14.1	1.5	
14 金	冷やし中華 鶏肉のパベキューソース 牛乳 とうもろこし スイカ	アイスパフェ	ビスコ ほうじ茶	冷やし中華	492	18.6	21.9	1	お誕生会
15 土	サンドイッチ ジャーマンポテト 豆乳(コーヒーマグ) パナナ	せんべい ヤクルト 400	麩菓子 ほうじ茶	サンドイッチ	646	22.6	19.8	1.8	
16 日									
17 月	海の日								
18 火	青しその照り焼きチキン ソテー とうりんスープ スイカ	フルーツヨーグルト 昆布	せんべい リンゴジュース	ご飯	257	12.6	9.4	1.4	
19 水	五色煮 かぼちゃキッシュ きゃべつ汁 メロン	揚げパン 牛乳	玉子ポーロ ほうじ茶	ご飯	441	19.2	18.5	1.8	
20 木	カレーのマリネ ポテトサラダ なめこ汁 クレープフルーツ	アイス	せんべい スポロン	ご飯	424	14.2	23	1.6	サマーキャンプ (年長児)
21 金	焼きうどん ウィナー 牛乳 オレンジ	せんべい ヤクルト 400	ヨーグルト	焼きうどん	296	11.4	10.2	1.7	サマーキャンプ (年長児)
22 土	クリームパン 厚揚げのケチャップ煮 牛乳200 ゴールデンキウイ	ぶどうゼリー せんべい	ビスコ ほうじ茶	クリームパン	540	20.3	20.6	1.2	
23 日									
24 月	焼肉 ナムル 若布汁 スイカ	飲むヨーグルト 小魚	せんべい みかんジュース	ご飯	352	17.1	19.4	2.4	
25 火	ささ身揚げ キャベツ和え 春雨スープ メロン	とうもろこし フルーツジュース	プリン	ご飯	227	9	8.1	2.1	
26 水	赤うおの煮魚 マカロニサラダ ニラ玉汁 オレンジ	ビスコ 牛乳	クラッカー ほうじ茶	ご飯	300	13.7	13.6	0.9	新潟遠足 (年長児)
27 木	麻婆ナス 花型卵 青菜汁 スイカ	ミルクリッチ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯	417	18.4	17.3	1.8	
28 金	夏野菜のトマトスパゲティ 野菜 牛乳 クレープフルーツ	クラッカー チーズ ジョア	元気ヨーグルト	夏野菜スパゲティ	494	20.9	12.1	2.4	
29 土	甘バターサンド ところてんサラダ 牛乳 メロン	せんべい スポロン	ビスケット ほうじ茶	甘バターサンド	466	16.4	15.3	1.2	
30 日									
31 月	ハッシュドポーク ちくわの煮物 牛乳 スイカ	ソフール(フレーン) せんべい	アスパラガス ぶどうジュース	ご飯	372	16.1	14.7	2.1	

*材料の都合により献立を変更する場合があります。