



平成27年8月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日 曜	献立名			栄養価	食塩相当量	行事
	朝間	昼食	昼間			
1 土	せんべい ヤクルト	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 冬瓜 スープ 牛乳 スイカ	ビスコ フルーツ ジュース	エネルギー: 467kcal タンパク: 11.4g 脂質: 15.3g	1.2g	夏まつり
2 日						
3 月	麩菓子 牛乳	野菜たっぷり春雨スープ 竹輪のカレー揚げ オレンジ ご飯 青菜和え	元気ヨーグルト せんべい	エネルギー: 416kcal タンパク: 12.8g 脂質: 13.6g	0.8g	
4 火	アスパラガス 牛乳	煮込みヒレカツ レタスと和え ゴールデンキウイ なす汁 ご飯	せんべい ジョア(マンゴー)	エネルギー: 539kcal タンパク: 22.4g 脂質: 11.5g	3.1g	
5 水	せんべい ヤクルト	カレイの煮付け カラフルサラダ メロン ご飯 若布汁	フレンチトースト 牛乳	エネルギー: 478kcal タンパク: 18.2g 脂質: 16.7g	1.9g	
6 木	バナナ	肉じゃが 厚焼き玉子 グレープフルーツ ご飯 ニラ汁	どうもろこし 牛乳	エネルギー: 403kcal タンパク: 16.1g 脂質: 11.5g	0.9g	
7 金	せんべい 牛乳	カレーピラフ 手羽から揚げ 中華きゅうり 野菜スープ スイカ	お星さまパフェ	エネルギー: 533kcal タンパク: 15.7g 脂質: 21.3g	1.9g	お誕生会
8 土	クラッカー ヤクルト	チョコサンド 春雨ソテー 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 474kcal タンパク: 11.1g 脂質: 13.1g	1.3g	
9 日						
10 月	玉子ボーロ 牛乳	枝豆シチュー 竹輪と凍み豆腐の煮物 スイカ ご飯 二色そば	ドリンクヨーグルト せんべい	エネルギー: 550kcal タンパク: 22.7g 脂質: 15.7g	1.3g	
11 火	せんべい ヤクルト	畑のミートローフ 温野菜 ゴールデンキウイ ご飯 かき玉汁	どうもろこし 牛乳	エネルギー: 416kcal タンパク: 18.3g 脂質: 12.4g	1.5g	
12 水	クラッカー スポロン	まぐろの竜田揚げ 青菜和え オレンジ ご飯 なす汁	ピーナツパン 牛乳	エネルギー: 553kcal タンパク: 20.9g 脂質: 16.6g	1.7g	
13 木	F?ウエハース 牛乳	五目納豆 かぼちゃの甘煮 メロン ご飯 栄養麩汁	せんべい ヤクルト 400	エネルギー: 458kcal タンパク: 17.9g 脂質: 11.3g	1.5g	
14 金	せんべい ヤクルト	焼きそば ボイルウインナー 牛乳 グレープフルーツ	アイス	エネルギー: 515kcal タンパク: 14.8g 脂質: 26.4g	1.3g	
15 土	バナナ	夏野菜カレーライス 小女子甘煮 牛乳 ゴールデンキウイ	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 496kcal タンパク: 13.1g 脂質: 15g	1.6g	
16 日						
17 月	麩菓子 牛乳	トマトスープ 鶏肉のさっぱり煮 オレンジ ご飯 コーンソテー	手作りヨーグルト せんべい	エネルギー: 474kcal タンパク: 19.1g 脂質: 16.3g	1.7g	
18 火	せんべい ヤクルト	焼肉 ビーフソテー ゴールデンキウイ ご飯 なす汁	枝豆 牛乳	エネルギー: 423kcal タンパク: 18.6g 脂質: 12.8g	1g	
19 水	バナナ	焼き魚(鮭) マカロニサラダ メロン ご飯 オクラ汁	パンブキンパン 牛乳	エネルギー: 446kcal タンパク: 21.3g 脂質: 17.7g	1.1g	
20 木	動物ビスケット 牛乳	親子煮 きゃべつの塩昆布漬け スイカ ご飯 小松菜汁	クラッカー チーズ ジョア(ストロベリー)	エネルギー: 502kcal タンパク: 23.4g 脂質: 15.5g	1.9g	
21 金	せんべい ヤクルト	冷やしそうめん 天ぷら 牛乳 ゴールデンキウイ	アイス	エネルギー: 404kcal タンパク: 10.4g 脂質: 14.2g	2.3g	
22 土	ももゼリー	ピザトースト ミルクリッチ 豆乳 プルーン オレンジ	せんべい 野菜生活	エネルギー: 508kcal タンパク: 15.6g 脂質: 14.7g	1.4g	
23 日						
24 月	Caウエハース 牛乳	豚汁 揚げ出し豆腐 グレープフルーツ ご飯 えのき納豆	ドリンクヨーグルト せんべい	エネルギー: 552kcal タンパク: 22.6g 脂質: 18.8g	2g	
25 火	せんべい ヤクルト	ミートボール 土佐和え メロン ご飯 ニラ玉汁	ビスコ 牛乳	エネルギー: 505kcal タンパク: 20.2g 脂質: 18g	2.1g	
26 水	クラッカー スポロン	赤魚のおろし煮 ポテトサラダ スイカ ご飯 若布汁	クリームパン 牛乳	エネルギー: 512kcal タンパク: 18.2g 脂質: 18.8g	1.8g	
27 木	せんべい 牛乳	ひじき寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ ゴールデンキウイ ご飯 栄養麩汁	ポテトのチーズ焼き 野菜生活	エネルギー: 463kcal タンパク: 18.5g 脂質: 16.5g	1.7g	プール見学会
28 金	せんべい ヤクルト	トマトクリームスパゲティ レパールのケチャップ煮 牛乳 オレンジ ご飯	アイス	エネルギー: 551kcal タンパク: 15.8g 脂質: 21.8g	1.1g	プール見学会
29 土	ミルクプリン	甘バターサンド マカロニグラタン 牛乳 バナナ	せんべい ジョア(マスカット)	エネルギー: 510kcal タンパク: 21.3g 脂質: 16.4g	1.6g	プール見学会
30 日						
31 月	せんべい ヤクルト	ハッシュドポーク きゃべつサラダ 牛乳 オレンジ ご飯	手作りヨーグルト バナナ	エネルギー: 518kcal タンパク: 15.7g 脂質: 14.9g	1.7g	

今月の食育目標

暑くてなんでも食べよう!

