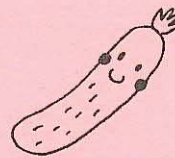


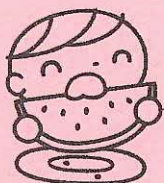


平成29年7月 献立表



3歳未満児 門田報徳保育園

日 曜	献立名			栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間		
1 土	バナナ	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) きんぴらごぼう 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: 562kcal タンパク: 15.6g 脂質: 17g	食塩相当量: 1.8g
2 日					
3 月	麩菓子 スポンジ	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ ご飯	ソファール(ストロベリー) せんべい	エネルギー: 643kcal タンパク: 18.7g 脂質: 13g	食塩相当量: 1.2g
4 火	せんべい ヤクルト	ハンバーグ 温野菜 スイカ ご飯 ニラ汁	手作りドーナツ 牛乳	エネルギー: 573kcal タンパク: 22.9g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.6g
5 水	バナナ	焼き魚(鮭) マカロニサラダ メロン ご飯 なす汁	チョコパン 牛乳	エネルギー: 442kcal タンパク: 15.1g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 0.8g
6 木	Feウエハース 牛乳	五目納豆 さつま芋のバター煮 ゴールデンキウイ ご飯 栄養麩汁	とうもろこし ジョア(ブレーン)	エネルギー: 547kcal タンパク: 23.9g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1g
7 金	せんべい ヤクルト	夏野菜のトマトスパゲティ レバーの甘煮 牛乳 オレンジ ご飯	アイス	エネルギー: 507kcal タンパク: 15.8g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 2.3g
8 土	ぶどうゼリー	甘バターパン ミネストローネ 牛乳 メロン		エネルギー: 296kcal タンパク: 9.7g 脂質: 9.9g	食塩相当量: 1.5g 保育参観
9 日					
10 月	せんべい 牛乳	トマトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 グレープフルーツ ご飯 きゃべつソテー	ドリンクヨーグルト バナナ	エネルギー: 460kcal タンパク: 17.9g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 1.8g
11 火	ビスコ 牛乳	ミラノ風チキンカツ きゃべつ和え メロン ご飯 若布汁	せんべい スポンジ	エネルギー: 543kcal タンパク: 25.3g 脂質: 16g	食塩相当量: 1.8g
12 水	せんべい ヤクルト	まぐろの照り焼き 三色和え ゴールデンキウイ ご飯 小松菜汁	玄米パン 牛乳	エネルギー: 427kcal タンパク: 22.3g 脂質: 7g	食塩相当量: 1.7g
13 木	マリービスケット 牛乳	五色煮 ス克蘭ブルエッグ オレンジ ご飯 豆腐汁	チーズおにぎり フルーツジュース	エネルギー: 641kcal タンパク: 22.2g 脂質: 19.9g	食塩相当量: 2.2g
14 金	クラッカー ヤクルト	焼きうどん ボイルウインナー 牛乳 スイカ ご飯	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 508kcal タンパク: 14.9g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 1.5g
15 土	元気ヨーグルト	チョコサンド 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 オレンジ	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 621kcal タンパク: 19.1g 脂質: 20.6g	食塩相当量: 2.2g
16 日					
17 月	海の日				
18 火	Feウエハース 牛乳	青しその照り焼きチキン かぼちゃサラダ ゴールデンキウイ ご飯 若布汁	ソファール(ブレーン) せんべい	エネルギー: 555kcal タンパク: 21.9g 脂質: 23.2g	食塩相当量: 1.6g
19 水	せんべい ヤクルト	カレーのマリネ ポテトサラダ オレンジ ご飯 なす汁	カレーパン 牛乳	エネルギー: 632kcal タンパク: 22.8g 脂質: 23.9g	食塩相当量: 1.7g
20 木	麩菓子 牛乳	五目昆布煮 かぼちゃキャッシュ メロン ご飯 ニラ汁	アイス	エネルギー: 528kcal タンパク: 18.1g 脂質: 23.7g	食塩相当量: 1.6g
21 金	ビスコ ヤクルト	豚おろしそうめん かぼちゃのひき肉煮 牛乳 スイカ	せんべい フルーツジュース	エネルギー: 450kcal タンパク: 14.4g 脂質: 12.5g	食塩相当量: 2.3g
22 土	せんべい 牛乳	ピザトースト ソフトフランス(あんバター) 豆乳 ブレーン バナナ	クラッカー ジョア(キウイ)	エネルギー: 833kcal タンパク: 31.8g 脂質: 26.6g	食塩相当量: 2g
23 日					
24 月	リッツ 牛乳	中華スープ ささ身揚げ メロン ご飯 青菜和え	ドリンクヨーグルト せんべい	エネルギー: 469kcal タンパク: 17.4g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 0.9g
25 火	Caウエハース 牛乳	焼肉 ビーフソテー グレープフルーツ ご飯 若布汁	とうもろこし 麦茶	エネルギー: 439kcal タンパク: 20.9g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 1.3g
26 水	バナナ	赤うおの煮魚 マセドアンサラダ オレンジ ご飯 豆腐汁	ミルクリッツ 牛乳	エネルギー: 631kcal タンパク: 22.1g 脂質: 22.1g	食塩相当量: 2g
27 木	せんべい ヤクルト	麻婆なす 半月卵 バナナ ご飯 栄養麩汁	ビスコ 牛乳	エネルギー: 481kcal タンパク: 16.2g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 1.1g
28 金	クラッカー 牛乳	冷やし中華 鶏肉のさっぱり煮 スイカ ヤクルト400	デコレーションプリン	エネルギー: 573kcal タンパク: 21.3g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 1.2g お誕生会
29 土	せんべい ヤクルト	甘バターサンド 厚揚げの中華煮 バナナ 牛乳	せんべい スポンジ	エネルギー: 579kcal タンパク: 19.4g 脂質: 17.1g	食塩相当量: 1.1g
30 日					
31 月	せんべい ヤクルト	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ ご飯	元気ヨーグルト バナナ	エネルギー: 499kcal タンパク: 15.5g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 1.4g



【今月の食育目標】 衛生面に注意しましょう。

