

平成29年12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	金	なかよしプリン	野菜みそラーメン 金時煮豆 牛乳 オレンジ	せんべい ぶどうジュース	エネルギー: 399kcal タンパク: 12.5g 脂質: 9.9g	1.4g	
2	土	せんべい ヤクルト	おみやげパン 牛乳200 みかん		エネルギー: 597kcal タンパク: 15.5g 脂質: 22.1g	1.6g	発表会
3	日						
4	月	クラッカー フルーツジュース	ブロッコリーと大豆のカレー 小女子甘煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	元気ヨーグルト せんべい	エネルギー: 525kcal タンパク: 17.3g 脂質: 13.4g	1.4g	
5	火	アスパラガス 牛乳	チーズハンバーグ 白菜の塩昆布和え パナナ ご飯 豆腐汁	りんごゼリー せんべい	エネルギー: 499kcal タンパク: 19.9g 脂質: 15.4g	1.5g	
6	水	せんべい ヤクルト	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ みかん ご飯 栄養麩汁	フレンチトースト 牛乳	エネルギー: 479kcal タンパク: 17.2g 脂質: 16.7g	1g	
7	木	バナナ	五色煮 炒り卵 オレンジ ご飯 白菜汁	ビスコ 牛乳	エネルギー: 440kcal タンパク: 15.4g 脂質: 14.6g	1.3g	
8	金	ソファール(プレーン)	焼きそば ウインナー 牛乳 みかん	せんべい みかん・オレンジジュース	エネルギー: 423kcal タンパク: 14.7g 脂質: 15.4g	0.8g	
9	土	せんべい りんごジュース	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ	マリービスケット 野菜生活	エネルギー: 554kcal タンパク: 13g 脂質: 19.3g	2.1g	
10	日						
11	月	麩菓子 牛乳	ころころスープ 鶏肉と高野豆腐の煮物 オレンジ ご 飯	ソファール(プレーン) 干し芋	エネルギー: 474kcal タンパク: 19.2g 脂質: 15.9g	1.1g	
12	火	Feウエハース 牛乳	鶏肉のスタミナ焼き ビーフソテー みかん ご飯 大根汁	フルーツジュース せんべい	エネルギー: 376kcal タンパク: 13.9g 脂質: 7.6g	1.2g	
13	水	せんべい ヤクルト	ぶり照り焼き ほうれん草のごま和え りんご ご飯 若布汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 443kcal タンパク: 17.6g 脂質: 13.3g	1.7g	
14	木	バナナ	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ スイーツ ご飯 きゃべつ汁	マリービスケット 牛乳	エネルギー: 489kcal タンパク: 17.4g 脂質: 13.5g	1.2g	
15	金	りんごゼリー	ひじきご飯 なめこの味噌汁 グリーンサラダ みかん 気になる野菜	アップルケーキ 牛乳	エネルギー: 536kcal タンパク: 13.4g 脂質: 14.5g	1.3g	お誕生会
16	土	クラッカー フルーツジュース	改修工事のため給食お休み	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 451kcal タンパク: 11.9g 脂質: 10.5g	1.1g	
17	日						
18	月	せんべい リンゴ ジュース	かぼちゃのハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 みかん ご飯	ソファール(プレーン) クラッカー	エネルギー: 502kcal タンパク: 15.8g 脂質: 16g	1.7g	
19	火	リッツ 牛乳	鶏肉のみそ焼き きゃべつ和え パナナ ご飯 さつま芋汁	せんべい ジョア(プレーン)	エネルギー: 487kcal タンパク: 20.4g 脂質: 10.9g	1.4g	
20	水	クラッカー みかん ジュース	赤魚の煮付け 春雨サラダ りんご ご飯 小松菜汁	玄米パン 牛乳	エネルギー: 490kcal タンパク: 15.9g 脂質: 17g	1.6g	
21	木	バナナ	五目納豆 さつま芋の甘煮 オレンジ ご飯 大根汁	ムーンライト 牛乳	エネルギー: 434kcal タンパク: 13.8g 脂質: 13.1g	0.8g	
22	金	ぶどうゼリー	豚汁うどん 冬至かぼちゃ 牛乳 みかん	チーズおにぎり 麦茶	エネルギー: 463kcal タンパク: 14.4g 脂質: 10.7g	2.4g	冬至
23	土		天皇誕生日				
24	日						
25	月	Feウエハース 牛乳	ミートローフ きゃべつソテー みかん ぶどうジュ ース ご飯	クリスマスケーキ(おみやげ) ヨーグルト せんべい	エネルギー: 469kcal タンパク: 19.7g 脂質: 12.6g	1.2g	クリスマス会
26	火	バナナ	松風焼き 土佐和え りんご きのこのみそ汁 ご飯	ビスコ 牛乳	エネルギー: 424kcal タンパク: 18.2g 脂質: 13.4g	1.3g	
27	水	せんべい スポロン	カレイの煮付け マカロニサラダ みかん ご飯 豆腐汁	クリームパン 牛乳	エネルギー: 528kcal タンパク: 19.5g 脂質: 18.6g	1.7g	
28	木	動物ビスケット 牛乳	八宝菜 半月卵 パナナ じゃがいも汁 ご飯	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 434kcal タンパク: 14.3g 脂質: 12.6g	0.9g	
29	金	ぶどうゼリー	きのこの和風スパゲティ レバーの甘煮 牛乳 デコボン ご飯	マリービスケット 麦茶	エネルギー: 439kcal タンパク: 14.4g 脂質: 15.3g	1.1g	
30	土	せんべい ヤクルト	おみやげパン 牛乳200 みかん		エネルギー: 407kcal タンパク: 10.4g 脂質: 9.1g	0.6g	午前保育
31	日		大晦日				



【今月の食育目標】病気に負けない体をつくろう。

