

わかまつ保育園

2013年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	2 牛乳100(乳児)、カルシウムクッキー	3 牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	4 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	5 牛乳100(乳児)、ハイハイン
昼食		御飯、みそ汁(じゃが芋・青菜)、鮭のムニエル、野菜炒め、バナナ	パン・ロールパン、クリーミッシュチュー(鶏肉)、こまつなのサラダ、オレンジ	御飯、みそ汁(わかめ・たまねぎ)、さわらの信田煮、切り干し大根とベーコンの煮付け	御飯、トマトスープ、タンドリーチキン、スペグティーのツナサラダ	ソース焼きそば、中華スープ(ニラ玉)、ヨーグルト(パイン)
午後		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ホットケーキ	お茶・麦茶、カレーピラフ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、じゃこトースト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいものケーキ	お茶・麦茶、じゃこおにぎり
午前	7 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	8 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	9 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	10 牛乳100(乳児)、カルシウムクッキー	11 牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	12 牛乳100(乳児)、ハイハイン
昼食	御飯、わかめスープ(キャベツ)、鶏つくねのケチャップ煮、ほうれん草のナムル	栗ごはん、五目みそ汁(かぶ・あげ)、たらの生姜煮、いんげんのごま和え、柿	ケチャップスパゲティー、かぶのスープ、ひじきとにじんのサラダ、ヨーグルト	♪お弁当♪	御飯、五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう)、あじのカレーフリッター、きゅうりとわかめの酢の物	ハムチャーハン、中華スープ(チングン菜)、キャベツとトマトの中華和え、ヨーグルト
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フルーツゼリー	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、きな粉蒸しパン	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、卵ロールサンド	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、小魚アーモンド、せんべい	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、りんごとさつま芋の甘煮	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいもの茶巾
午前	14	15 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	16 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	17 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	18 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	19 牛乳100(乳児)、ハイハイン
昼食		ドライカレー、田舎スープ、ブロッコリーのマヨネーズ和え、グレープフルーツ	パン・食パン、たまごスープ(キャベツ)、鮭のコーンクリームかけ、かぼちゃのサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)	御飯、中華スープ(豆腐・卵)、シュウマイ、中華風あえ物(チングン菜)	御飯、わかめ汁(小松菜)、はんぺんのチーズサンドフレイ、ひじきと大豆の炒り煮	スープスパゲティー、さつま芋のサラダ、オレンジヨーグルト
午後		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、バナナハードケーキ	お茶・麦茶、中華おこわ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ごまトースト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいもプリン	お茶・麦茶、みそ焼きおにぎり
午前	21 牛乳100(乳児)、カルシウムクッキー	22 牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	23 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	24 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	25 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	26 牛乳100(乳児)、ハイハイン
昼食	中華どんぶり、中華スープ(春雨)、中華風和え物(もやし)、バナナ	御飯、麩のすまし汁(えのき)、生揚げの味噌炒め、キャベツのおかか和え	パン・ロールパン、野菜スープ(キャベツ)、たらのトマト煮、ポテトサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)	御飯、かき玉汁(ほうれん草)、肉じゃが、キャベツの胡麻マヨ和え	御飯、豚汁(じゃが芋)、さわらのごま照り焼き、小松菜のおかか和え、みかん	エビピラフ、たまごスープ(キャベツ)、カレー風味ソテー、オレンジ
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、もちもちチーズパン	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいものガレット	お茶・麦茶、ひじきとツナ御飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ハニートースト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、チーズ入り蒸しパン	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、マカロニきな粉
午前	28 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	29 牛乳100(乳児)、カルシウムクッキー	30 牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	31 牛乳100(乳児)、マンナビスケット		
昼食	御飯、かき玉汁、鶏肉の竜田揚げ、トマトの中華風サラダ、りんご	御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、鮭のちゃんちゃん焼き、里芋の煮物	御飯、中華スープ(チングン菜)、マーボー豆腐(野菜)、キャベツの中華風サラダ	ハロウィン・ロールパン、かぶのスープ、かぼちゃグラタン、きのこのマリネ、ぶどう		
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、スイートポテト	お茶・麦茶、フルーツヨーグルト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ジャムサンド	紅茶、かぼちゃのチーズケーキ		

★10月の献立〈平均栄養量〉エネルギー・・・614(573)kcal、たんぱく質・・・22.8(22.2)g、脂質・・・18.3(19.2)g、食塩・・・2.5(2.1)g
()内は乳児(1~2歳)クラス

★納品等の都合により、献立は一部変更になる場合があります

★午前のおやつは乳児クラスのみ付きます

★10/31(木)・・・ハロウィンメニュー♪

