

平成25年 9月 月間たてよていひょう

新町第二保育園

| 日  | 曜日 | 未満児おやつ          | 主食           | 主菜           | 副菜                             | 主な食材                                      | 午後のおやつ         | エネルギー<br>たんぱく質<br>脂質 (未満児)   |  |
|----|----|-----------------|--------------|--------------|--------------------------------|---|----------------|------------------------------|--|
| 2  | 月  | ビスコ<br>ジュース     | ごはん          | 焼肉           | 胡瓜の中華サラダ<br>さつま芋の味噌汁           | 豚肉 ハム 玉葱 もやし<br>胡瓜 長葱 人参<br>さつま芋          | カステラ<br>牛乳     | 630(552)<br>20(16)<br>19(15) |  |
| 3  | 火  | ハーベスト<br>ジュース   | 食パン<br>ジャム   | タンダーリーチキン    | ポテトサラダ<br>トマトスープ<br>牛乳         | じゃが芋 鶏肉 卵<br>胡瓜 トマト レタス<br>玉葱 人参 コーン      | アイス            | 602(491)<br>25(17)<br>23(18) |  |
| 4  | 水  | クラッカー<br>ジュース   | ごはん          | キッズピピンパ      | レタスとコーンの中華和え<br>肉団子スープ<br>果物   | 豚肉 鶏肉 うずら卵<br>レタス もやし トマト<br>ほうれんそう 小松菜   | ☆揚げパン<br>牛乳    | 654(542)<br>24(18)<br>22(17) |  |
| 5  | 木  | アスパラガス<br>ジュース  | わかめごはん       | 肉じゃが         | キャベツのツナマヨネーズ和え<br>豆腐のすまし汁      | じゃが芋 しらす 豚肉<br>豆腐 ツナ キャベツ<br>玉葱 胡瓜 小松菜    | バームクーヘン<br>牛乳  | 692(595)<br>19(15)<br>30(24) |  |
| 6  | 金  | 動物ビスケット<br>ジュース | うどん          | わかめうどん       | コロケ<br>果物<br>チーズ               | じゃが芋 卵 玉葱<br>ほうれんそう わかめ<br>人参             | マカロニきなこ<br>牛乳  | 617(520)<br>26(20)<br>19(15) |  |
| 7  | 土  |                 |              | 餃子           | サラダ<br>果物<br>牛乳                | 豚肉 ねぎ キャベツ<br>レタス トマト 胡瓜                  |                |                              |  |
| 9  | 月  | クッキー<br>ジュース    | ごはん          | 豚肉のカレー風味焼き   | オクラとかまぼこの海苔和え<br>なめこ汁          | 豚肉 豆腐 卵 かつお節<br>かまぼこ オクラ なめこ<br>海苔        | サンドイッチ<br>牛乳   | 564(470)<br>25(19)<br>19(15) |  |
| 10 | 火  | ソーセージ<br>ジュース   | クロワッサン       | 鯉のカレーブリッター   | ひじきと胡瓜のサラダ<br>オクラスープ<br>牛乳     | 鯉 卵 ベーコン<br>しらす干し 胡瓜 わかめ<br>オクラ ひじき       | アイス            | 648(510)<br>24(20)<br>35(25) |  |
| 11 | 水  | チーズ<br>ジュース     | もみじごはん       | フィッシュポテト     | レタスサラダ<br>中華風コーンスープ<br>果物      | じゃが芋 鮭 チーズ<br>レタス 人参 トマト<br>椎茸 あさつき 青海苔   | オレンジムース<br>牛乳  | 630(515)<br>18(15)<br>22(18) |  |
| 12 | 木  | せんべい<br>ジュース    | ごはん          | 炒り豆腐         | トマトの中華サラダ<br>かぼちゃの味噌汁          | 豆腐 卵 鶏肉 油揚げ<br>トマト 玉葱 南瓜 人参<br>切干大根 しそ    | あんパン<br>牛乳     | 623(571)<br>21(18)<br>17(12) |  |
| 13 | 金  | バナナ<br>ヤクルト     | スパゲティー       | きのこスパゲティー    | 炒り卵<br>じゃが芋スープ<br>チーズ          | じゃが芋 卵 チーズ<br>玉葱 しめじ えのき茸<br>人参 ピーマン      | たこやき<br>牛乳     | 618(540)<br>22(18)<br>20(14) |  |
| 14 | 土  |                 |              | から揚げ         | サラダ<br>果物<br>牛乳                | 鶏肉 レタス トマト<br>胡瓜                          |                |                              |  |
| 16 | 月  | <b>敬老の日</b>     |              |              |                                |   |                |                              |  |
| 17 | 火  | たまごボーロ<br>ジュース  | ごはん          | 鯖の味噌煮        | ひじきとさつま芋の炒り<br>キャベツの味噌汁        | さつま芋 鱈 竹輪 人参<br>油揚げ キャベツ 長葱<br>玉葱 ひじき     | 蒸しパン<br>牛乳     | 611(496)<br>25(19)<br>18(13) |  |
| 18 | 水  | えびせん<br>ジュース    | とうもろこしごはん    | チーズハンバーグ     | わかめの酢味噌和え<br>豆腐のすまし汁<br>果物     | 豆腐 豚肉 牛肉 チーズ<br>玉葱 胡瓜 小松菜<br>わかめ レタス      | ☆お祝いデザート<br>牛乳 | 640(508)<br>24(18)<br>17(12) |  |
| 19 | 木  | ウェハース<br>ジュース   | ロールパン<br>ジャム | パンキンオムレツ     | 胡瓜とコーンのサラダ<br>チンゲンサイのスープ<br>牛乳 | 卵 ハム 南瓜 胡瓜<br>人参 チンゲンサイ<br>はるさめ           | ☆お団子<br>麦茶     | 547(489)<br>18(15)<br>21(16) |  |
| 20 | 金  | えびせんべい<br>ジュース  | ごはん          | シーフードカレー     | マカロニサラダ<br>果物<br>牛乳            | じゃが芋 マカロニ えび<br>いか 玉葱 キャベツ<br>人参 胡瓜       | おはぎ<br>牛乳      | 666(527)<br>25(19)<br>23(17) |  |
| 21 | 土  |                 |              | ウィンナー炒め      | サラダ<br>果物<br>牛乳                | ウィンナー レタス トマト<br>胡瓜                       |                |                              |  |
| 23 | 月  | <b>教師の日</b>     |              |              |                                |   |                |                              |  |
| 24 | 火  | チーズ<br>ジュース     | 食パン<br>ジャム   | ローストチキン      | 大豆のコロコロサラダ<br>かぶのスープ<br>牛乳     | 鶏肉 大豆 胡瓜 わかめ<br>かぶ ベーコン 人参<br>トマト         | アイス            | 630(497)<br>24(18)<br>28(22) |  |
| 25 | 水  | せんべい<br>ジュース    | ごはん          | 豆腐と南瓜の肉味噌かけ  | 小松菜ともやしの和え物<br>わかめ汁            | 豆腐 鶏肉 南瓜 もやし<br>小松菜 玉葱 人参<br>長葱 わかめ ごま    | ソーセージパン<br>牛乳  | 737(635)<br>29(23)<br>15(11) |  |
| 26 | 木  | バナナ<br>ヤクルト     | きのこごはん       | 鯉のコーンマヨネーズ焼き | わかめの酢の物<br>かき玉汁<br>果物          | 鮭 卵 鶏肉 かまぼこ<br>胡瓜 わかめ 小松菜<br>人参 しめじ 椎茸    | ☆フルーツ白玉<br>牛乳  | 649(461)<br>26(19)<br>23(15) |  |
| 27 | 金  | バナナ<br>ヤクルト     | 蒸し中華麺        | ソース焼きそば      | 厚焼き卵<br>豆腐スープ                  | 卵 豆腐 豚肉 かまぼこ<br>キャベツ 玉葱 長葱<br>人参 ピーマン わかめ | コーンフレーク<br>牛乳  | 573(459)<br>22(17)<br>24(17) |  |
| 28 | 土  |                 |              | ハンバーグ        | サラダ<br>果物<br>牛乳                | ひき肉 レタス 胡瓜<br>トマト 玉葱                      |                |                              |  |
| 30 | 月  | クッキー<br>ジュース    | ごはん          | がんもの含め煮      | 小松菜のおかか和え<br>豆腐の味噌汁            | 豆腐 がんもどき 人参<br>かつお節 小松菜<br>いんげん 油揚げ       | クリームパン<br>牛乳   | 591(509)<br>23(18)<br>18(15) |  |

- 献立は仕入れの都合でかわることがあります
- ☆印は手作りおやつです
- 土曜日のおやつは人数が確定してから決めます
- 土曜日の主食は持参してください

| 目標値      | 平均       |
|----------|----------|
| 600(460) | 626(519) |
| 22(15)   | 23(18)   |
| 17(15)   | 21(16)   |