

平成29年度 給食予定表

01月

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
			ビスケット・牛乳 豆腐入り松風焼き 切り干しとアサリの炒り煮 りんご 麦茶 きなこマカロニ 牛乳 エネルギー 564Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 16.4g 炭水化物 80.4g 食塩相当量 1.1g	おせんべい・牛乳 さばの味噌煮 ほうれんそう胡麻和え みかん 麦茶 おだんご 牛乳 エネルギー 549Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 17.0g 炭水化物 78.5g 食塩相当量 1.1g	Caウエハース・牛乳 野菜コロッケ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 565Kcal たんぱく質 13.6g 脂質 18.8g 炭水化物 84.5g 食塩相当量 1.0g
8	9	10	11	12	13
	Caウエハース・牛乳 筑前煮 ブロッコリーとエビのサラダ バナナ 麦茶 ホットケーキ 牛乳 エネルギー 580Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 19.1g 炭水化物 79.9g 食塩相当量 1.1g	野菜ジュース・おせんべい かぼちゃのグラタン バンバンジー みかん 麦茶 ふかし芋 牛乳 エネルギー 590Kcal たんぱく質 16.4g 脂質 13.0g 炭水化物 101.2g 食塩相当量 1.0g	ヨーグルト・麦茶 かじきのみそチーズソテー 白菜炒め 大根の味噌汁 麦茶 やきそば 牛乳 エネルギー 517Kcal たんぱく質 25.3g 脂質 13.9g 炭水化物 69.7g 食塩相当量 2.2g	おせんべい・牛乳 しらす入り炒り卵 キャベツさらだ みかん 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳 エネルギー 514Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 17.2g 炭水化物 68.8g 食塩相当量 1.3g	Caウエハース・牛乳 鶏の照り焼き ポテトサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 570Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 18.2g 炭水化物 77.9g 食塩相当量 1.8g
15	16	17	18	19	20
おせんべい・牛乳 大豆のチリコンカン もやしとかにかまの酢味噌和え みかん 麦茶 すいとん 牛乳 エネルギー 528Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 13.8g 炭水化物 80.2g 食塩相当量 1.1g	Caウエハース・牛乳 さけのナゲット 和風サラダ りんご 麦茶 甘納豆蒸しパン 牛乳 エネルギー 599Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 18.3g 炭水化物 84.3g 食塩相当量 1.4g	ヨーグルト・麦茶 おでん 梅サラダ バナナ 麦茶 バウムクーヘン 牛乳 エネルギー 541Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 17.6g 炭水化物 76.4g 食塩相当量 2.3g	ビスケット・牛乳 鮭のまぜ寿司 から揚げ にんじんのマリネサラダ いちご 麦茶 プリンアラモード 牛乳 エネルギー 647Kcal たんぱく質 25.1g 脂質 25.8g 炭水化物 76.1g 食塩相当量 1.3g	おせんべい・牛乳 麻婆豆腐 春雨サラダ みかん 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳 エネルギー 567Kcal たんぱく質 21.8g 脂質 17.0g 炭水化物 80.9g 食塩相当量 1.3g	Caウエハース・牛乳 あじフライ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 604Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 19.7g 炭水化物 87.0g 食塩相当量 1.3g
22	23	24	25	26	27
野菜ジュース・おせんべい あさりとコーンのシチュー ひじきサラダ バナナ 麦茶 米粉のメープルケーキ 牛乳 エネルギー 588Kcal たんぱく質 15.7g 脂質 14.2g 炭水化物 98.9g 食塩相当量 1.5g	Caウエハース・牛乳 ツナ入り炒り豆腐 なめたけ和え りんご 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳 エネルギー 541Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 19.3g 炭水化物 73.6g 食塩相当量 1.6g	おせんべい・牛乳 おもちつき 鶏ちゃんこ みかん 焼きおにぎり 牛乳 エネルギー 583Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 13.8g 炭水化物 94.5g 食塩相当量 1.4g	ビスケット・牛乳 他人丼 かぼちゃサラダ バナナ 麦茶 小魚おやき 牛乳 エネルギー 593Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 21.8g 炭水化物 76.2g 食塩相当量 1.4g	ヨーグルト・麦茶 ハンバーグ チーズサラダ とまと りんご 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳 エネルギー 544Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 15.3g 炭水化物 78.9g 食塩相当量 1.7g	ビスケット・牛乳 照り焼きつくね ポテトサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 628Kcal たんぱく質 23.1g 脂質 22.4g 炭水化物 81.7g 食塩相当量 1.8g
29	30	31			
ヨーグルト・麦茶 さばの塩焼き 揚げじゃがとブロッコリーのサラ みそ汁 麦茶 くろみつバナナ 牛乳 エネルギー 590Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 23.3g 炭水化物 74.2g 食塩相当量 2.2g	Caウエハース・牛乳 吉野煮 じゃこサラダ バナナ 麦茶 クリームコンフェ 牛乳 エネルギー 525Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 13.7g 炭水化物 79.1g 食塩相当量 1.7g	野菜ジュース・おせんべい ポークカレー 大根サラダ みかん 麦茶 コーンピザ 牛乳 エネルギー 583Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 15.5g 炭水化物 90.6g 食塩相当量 2.1g			

西横野保育園

