

平成29年度 給食予定表

11月

月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
		ビスケット・牛乳 麻婆豆腐 春雨サラダ バナナ 麦茶 コーンフレーク・牛乳	野菜ジュース・おせんべい さばのみぞれ煮 ゴマ酢和え みかん 麦茶 たい焼き 牛乳		Caウエハース・牛乳 から揚げ ポテトサラダ みかん 麦茶 おせんべい 牛乳
		エネルギー 538Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 16.2g 炭水化物 78.1g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 504Kcal たんぱく質 13.1g 脂質 10.4g 炭水化物 88.7g 食塩相当量 1.2g		エネルギー 579Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 23.1g 炭水化物 71.3g 食塩相当量 1.4g
6	7	8	9	10	11
Caウエハース・牛乳・ あさりとコーンのシチュー まっくろくろすけサラダ みかん 麦茶 蒸しパン(さつま芋 牛乳	お菓子詰め合わせ りんごジュース	おせんべい・牛乳 大豆のチリコンカン 大根のマリネ かき 麦茶 焼きおにぎり 牛乳	ヨーグルト・麦茶 吉野煮 ブロッコリーのおかか和え りんご 麦茶 ミルクすいとん 牛乳	Caウエハース・牛乳 親子丼 キャベツさらだ みそ汁 麦茶 マヨジャコトースト 牛乳	おせんべい・牛乳 照り焼きつくね 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 18.9g 脂質 19.3g 炭水化物 88.8g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 251Kcal たんぱく質 1.1g 脂質 4.1g 炭水化物 52.7g 食塩相当量 0.1g	エネルギー 615Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 15.7g 炭水化物 95.0g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 481Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 6.4g 炭水化物 86.0g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 546Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 20.2g 炭水化物 65.9g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 585Kcal たんぱく質 21.8g 脂質 18.6g 炭水化物 81.1g 食塩相当量 1.3g
13	14	15	16	17	18
ビスケット・牛乳 しらす入り厚焼き卵 けんちん煮 バナナ 麦茶 米粉のメープルケーキ 牛乳	野菜ジュース・おせんべい 鶏の照り焼き かみかみおえ みかん 麦茶 スイートポテト 牛乳	ビスケット・牛乳 豆腐の中華煮 ビビンバ バナナ 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳	野菜ジュース・おせんべい こぎつねごはん 鮭のタンドリー風 さつまいもごぼうのサラダ りんご 生クリームサンド 牛乳	Caウエハース・牛乳 メンチカツ 切干ナムル ミネストローネ 麦茶 くろみつバナナ 牛乳	Caウエハース・牛乳 さばの味噌煮 マカロニサラダ みかん 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 604Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 17.0g 炭水化物 88.0g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 502Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 10.6g 炭水化物 81.9g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 572Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 22.3g 炭水化物 72.6g 食塩相当量 0.9g	エネルギー 673Kcal たんぱく質 25.2g 脂質 19.8g 炭水化物 97.7g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 598Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 19.4g 炭水化物 86.8g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 565Kcal たんぱく質 18.0g 脂質 18.2g 炭水化物 79.8g 食塩相当量 1.4g
20	21	22	23	24	25
おせんべい・牛乳 ポテトオムレツ じゃこサラダ すまし汁 麦茶 肉まん 牛乳	Caウエハース・牛乳 豆腐いりいが蒸し もやしとかにかまの酢味噌和え みかん 麦茶 ドーナツ 牛乳	ヨーグルト・麦茶 納豆春巻き ひじき煮 バナナ 麦茶 ふかし芋 牛乳		おせんべい・牛乳 すきやき風煮 にんじんのマリネサラダ りんご 麦茶 バナナ アーモンドフィッシュ 牛乳	Caウエハース・牛乳 野菜コロッケ ごぼうサラダ みかん 麦茶 おせんべい 牛乳
エネルギー 551Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 17.0g 炭水化物 75.4g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 541Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 14.9g 炭水化物 83.0g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 556Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 13.1g 炭水化物 89.5g 食塩相当量 1.1g		エネルギー 535Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 16.4g 炭水化物 73.8g 食塩相当量 1.0g	エネルギー 568Kcal たんぱく質 13.7g 脂質 18.8g 炭水化物 85.2g 食塩相当量 1.0g
27	28	29	30		
ヨーグルト・麦茶 高野豆腐のチャンプルー 茶養きんぴら みかん 麦茶 ごへいもち 牛乳	ヨーグルト・麦茶 かじきのトマトチーズ焼き ポパイサラダ りんご 麦茶 ツナパン 牛乳	ビスケット・牛乳 チキンカレー きのこサラダ バナナ 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳	Caウエハース・牛乳 たまごのココット 小松菜とひじきの和え物 りんご 麦茶 小魚おやき 牛乳		
エネルギー 533Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 9.9g 炭水化物 90.1g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 549Kcal たんぱく質 26.0g 脂質 15.6g 炭水化物 74.6g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 627Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 26.0g 炭水化物 79.3g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 507Kcal たんぱく質 16.6g 脂質 15.6g 炭水化物 74.2g 食塩相当量 1.4g		

西横野保育園

