

平成29年度 給食予定表
12月

月	火	水	木	金 1	土 2
				吹き寄せごはん ししやもフリッター 小松菜のサラダ みかん ショートケーキ 牛乳	から揚げ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳
				エネルギー 681Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 23.2g 炭水化物 94.9g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 678Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 24.8g 炭水化物 89.8g 食塩相当量 1.1g
4	5	6	7	8	9
煮魚 ブロッコリーのおかか和え みかん 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳	ぎせい豆腐 ジャコと野菜のサワー漬け りんご 麦茶 米粉のいちごケーキ 牛乳	ドライカレー にんじんのマリネサラダ 野菜スープ 麦茶 たい焼き 牛乳	野菜コロッケ 切り干しとアサリの炒り煮 りんご 麦茶 コーンフレーク・牛乳	筑前煮 キャベツとりんごのコールスロー かぼちゃの豆乳みそ汁 マヨジャコトースト 牛乳	さばのみぞれ煮 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 23.7g 脂質 11.8g 炭水化物 82.8g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 633Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 14.4g 炭水化物 102.6g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 545Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 13.8g 炭水化物 85.8g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 13.7g 脂質 13.1g 炭水化物 94.0g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 624Kcal たんぱく質 24.8g 脂質 20.5g 炭水化物 83.5g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 636Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 22.5g 炭水化物 88.4g 食塩相当量 2.0g
11	12	13	14	15	16
家郷豆腐 春雨サラダ バナナ 麦茶 たこ焼き 牛乳	おでん バンバンジー みかん 麦茶 ノンフライドポテト 牛乳	鮭のちゃんちゃん焼き 切干ナムル りんご 麦茶 煮込みうどん 牛乳	凍り豆腐のふわふわ煮 ちくわとほうれんそうのおろし和 みかん 麦茶 ドーナツ 牛乳	中華風ローストチキン チーズサラダ りんご 麦茶 クリームパン りんごジュース	ジャムパン りんごジュース
エネルギー 612Kcal たんぱく質 24.4g 脂質 21.9g 炭水化物 77.4g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 577Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.7g 炭水化物 81.1g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 580Kcal たんぱく質 26.9g 脂質 13.7g 炭水化物 86.1g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 649Kcal たんぱく質 27.1g 脂質 18.4g 炭水化物 92.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 554Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 10.4g 炭水化物 92.2g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 497Kcal たんぱく質 7.0g 脂質 6.0g 炭水化物 104.1g 食塩相当量 0.8g
18	19	20	21	22	23
チーズハンバーグ 大根のマリネ ミルクスープ 麦茶 きなこマカロニ 牛乳	スクランブルエッグ 変わりきんぴら バナナ 麦茶 ホットドッグパン 牛乳	豆腐とエビのケチャップ煮 ブロッコリーとしめじのサラダ みかん 麦茶 おにぎり 牛乳	さばのカレー煮 小松菜の納豆和え のっぺい汁 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳	肉じゃが かぼちゃとしらすのオープン焼き なめこのみそ汁 麦茶 ヨーグルト・おせんべい	
エネルギー 628Kcal たんぱく質 25.0g 脂質 22.3g 炭水化物 79.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 592Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 19.6g 炭水化物 80.1g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 625Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 16.7g 炭水化物 96.6g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 560Kcal たんぱく質 26.8g 脂質 20.0g 炭水化物 64.9g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 580Kcal たんぱく質 24.1g 脂質 13.4g 炭水化物 88.5g 食塩相当量 2.5g	
25	26	27	28	29	30
厚揚げピザ ポテトサラダ みかん 麦茶 シュークリーム 牛乳	照り焼きつくね ひじき煮 りんご 麦茶 肉まん 牛乳	ポークビーンズ わかめとツナのサラダ バナナ 麦茶 プリン・クラッカー 牛乳	ファイバーカレー もやしとかにかまの酢味噌和え みかん 麦茶 アーモンドフィッシュ 牛乳		
エネルギー 591Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 23.6g 炭水化物 70.8g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 598Kcal たんぱく質 26.0g 脂質 14.7g 炭水化物 89.7g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 624Kcal たんぱく質 25.1g 脂質 17.8g 炭水化物 90.0g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 620Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 20.0g 炭水化物 90.9g 食塩相当量 2.2g		

西横野保育園

