平成30年度 7月 こんだてひょう

					担当 福井(もんもん)		
					エネルギー		エネルギー
日付		午前おやつ	昼食	午後おやつ	たんぱく質	夕食	たんぱく質
					脂質/塩分 ()は未満児		脂質/塩分 ()は未満児
			ロールパン		499.7(440.8)	ごはん	380.0(266.0)
^		ドリンク	トマトスープ	牛乳		みそ汁(ほうれん草・長芋)	11.5(8.0)
2	月	ヨーグルト	鮭のガーリックバター焼き	ゆかりおにぎり		豚肉とビーフンのカレー炒	7.9(5.6)
			ブロッコリーのサラダ		1.8(1.5)	め	2.1(1.5)
			ごはん	ドリンクヨーグルト	697.6(578.7)		336.2(235.3)
3	火	ドリンク	みそ汁(つるむらさき・生揚)	黒ごまときなこの		すまし汁(大根・水菜)	9.9(7.0)
3		ヨーグルト	お好み焼き風卵焼き	ケーキ	27.6(22.0)	肉じやが	7.3(5.1)
			おくらの和え物	, ,		青梗菜ともやしの海苔酢和え	1.5(1.1)
			枝豆とじゃこの御飯	ドリンクヨーグルト	565.9(472.2)		377.9(266.2)
4	水	ドリンク	みそ汁(なす・いんげん)	カルテツウェハース		スープ(えのき・春雨)	13.9(9.8)
•	"•	ヨーグルト	シュウマイ	チーズクラッカー ビスケット	(, _ /	チキンの香草マヨ焼き	12.9(9.0)
			キャベツの梅おかか和え	271771		きゅうりとトマトのサラダ	1.3(0.9)
		ドリンク ヨーグルト	夏野菜カレー	上 回	610.6(517.7)	しはん カギ・カギ)	421.9(298.5)
5	木		スープ(春雨・豆腐) フルーツポンチ	牛乳 ずんだ団子	18.7(18.5)	みそ汁(里芋・ねぎ) ウインナーと卵のソテー	12.7(9.1)
				A 101C 1 1		切干大根のサラダ	16.3(11.7)
			七夕そうめん		581.6(497.4)		1.9(1.3) 389.3(272.5)
		ドリンク ヨーグルト	鶏肉の塩麹焼き	半乳 七タゼリー		すまし汁(わかめ・麩)	14.8(10.4)
6	金		南瓜の甘煮			厚揚げのみそ炒め	13.3(9.3)
						ブロッコリーのチーズ焼き	1.4(1.0)
		豆乳	クリームシチュー丼	牛乳	1.5(1.0)		1.1(1.0)
7	١.			英字ビスケット		***	
7	土	ヨーグルト		かりんとう			
				甘辛せんべい			
9		ドリンク	ごはん	コーンフレーク	564.3(485.3)	ごはん	411.9(288.4)
	月		みそ汁(麩・なめこ)		23.2(21.7)	マーボー豆腐	13.5(9.5)
9	73	ヨーグルト	凍り豆腐とひき肉の焼き	2. 270.9	17.1(14.8)	すまし汁(小松菜・えのき)	8.6(6.0)
			物			フルーツゼリー	1.7(1.2)
		ドリンク	ごはん	ドリンクヨーグルトきなこ	591.9(482.9)		332.5(232.8)
10	火		すまし汁(わかめ・冬瓜)			みそ汁(切干し・つるむらさき)	12.6(8.8)
10		ヨーグルト	白身魚のフライ	シュガートースト	12.7(11.1)	スパニッシュオムレツ	8.3(5.8)
	<u> </u>		春雨サラダ			キャベツの昆布あえ	1.9(1.3)
		1811. 6	食パン	2525 25 25 25	692.7(564.9)		359.3(251.5)
11	水	ドリンク	スープ(春雨・レタス)	ドリンクヨーグルト		みそ汁(しめじ・ねぎ)	9.0(6.3)
• •	"•	ヨーグルト	ラタトュイユ	ちんすこう		じゃがいもの小判焼き	10.0(7.0)
	<u> </u>		ゆでとうもろこし		2.7(2.0)	大根サラダ	1.8(1.3)
		PILS . A	ビビンバ麺 中華スープ(にら卵)	牛乳	577.3(494.4)		381.9(267.3)
12	木	ドリンク ヨーグルト	中華ペーノ(にら卵)	豆乳みかん	24.8(22.8) 18.5(15.8)	すまし汁(わかめ・大根)	12.8(9.0)
				ババロア風	18.5(15.8)	かぼちゃの素揚げ	10.8(7.6)
			ごはん	牛乳	474.4(440.0)	がならやの糸物の	1.1(0.8) 450.7(315.4)
		ドリンク ヨーグルト	みそ汁(切干大根・しめじ) 鶏の唐揚げ	十孔 かき氷 (0.1歳児フルーツ	21.2(18.4)	夏祭りメニュー	15.5(10.9)
13	金				13.1(11.5)		13.5(10.9)
			ブロッコリーとトマトのサラ	ゼリー)	1.7(1.4)		1.8(1.2)
			豚丼	牛乳	1.1(1.1)		1.0(1.4)
4 /		豆乳	すまし汁	ビスコ			
14	土	ヨーグルト		せんべい			
				クッキー			
					エネルギー		エネルギー
日付	ŀ	午前おやつ	昼食	午後おやつ	たんぱく質 脂質/塩分	夕食	たんぱく質 脂質/塩分
					()は未満児		()は未満児
						S	

		午前おやつ		午後おやつ	エネルギー		エネルギー
日付			昼食		たんぱく質	夕食	たんぱく質
				1 200 ,	脂質/塩分		脂質/塩分
			ごはん		()は未満児 697.6(578.7)	ブルナム	()は未満児 336.2(235.3)
		ドリンク	みそ汁(つるむらさき・生揚)	ドリンクヨーグルト		すまし汁(大根・水菜)	9.9(7.0)
17	火	ヨーグルト	お好み焼き風卵焼き	黒ごまときなこの	27.6(22.0)		7.3(5.1)
		J ///	おくらの和え物	ケーキ		青梗菜ともやしの海苔酢和	1.5(5.1)
			枝豆とじゃこの御飯	18115 . 4 48 1	565.9(472.2)		377.9(266.2)
		ドリンク	みそ汁(なす・いんげん)	ドリンクヨーグルト カルテツウェハース		スープ(えのき・春雨)	13.9(9.8)
18	水		シュウマイ	チーズクラッカー		チキンの香草マヨ焼き	12.9(9.0)
		J ///	キャベツの梅おかか和え	ビスケット		きゅうりとトマトのサラダ	12.9(9.0) $1.3(0.9)$
			夏野菜カレー		610.6(517.7)		421.9(298.5)
		ドリンク	スープ(春雨・豆腐)	牛乳		みそ汁(里芋・ねぎ)	12.7(9.1)
19	木	ヨーグルト	フルーツポンチ	ずんだ団子		ウインナーと卵のソテー	
		J 7701		77070回 1	10.0(10.0)	切干大根のサラダ	16.3(11.7) 1.9(1.3)
			ごはん		591.5(504.3)		331.6(232.1)
		ドリンク	」これの	牛乳		こ <i>ゅん</i> スープ(おくら・はるさめ)	
20	金	ヨーグルト	和風卵焼き	マシュマロおこし		チンジャオロース風	10.9(7.7)
		J ////	コロコロサラダ	1771120	22.7(18.7)	小松菜と油揚げの炒め煮	7.8(5.4)
			クリームシチュー丼	11.50	1.9(1.5)	71位来と何物けりがり1点	1.3(0.9)
		一回	クリームン	牛乳			
21	土	豆乳 ヨーグルト		英字ビスケット かりんとう			
		コーソルト		甘辛せんべい			
			~°), L)	日 十 6 70· · · · ·	- 242(42 - 2)	~°), 1.)	111 0(222 1)
		18115 6	ごはん	4-50	564.3(485.3)	こはん	411.9(288.4)
23	月	ドリンク	みそ汁(麩・なめこ)	牛乳		マーボー豆腐	13.5(9.5)
		ヨーグルト	凍り豆腐とひき肉の焼き	コーンフレーク		すまし汁(小松菜・えのき)	8.6(6.0)
			物		2.9(2.2)	<u></u>	1.7(1.2)
			ごはん	ドリンクヨーグルト	591.9(482.9)		332.5(232.8)
24	火	ドリンク	すまし汁(わかめ・冬瓜)	きなこ		みそ汁(切干し・つるむらさき)	12.6(8.8)
'		ヨーグルト	白身魚のフライ	シュガートースト		スパニッシュオムレツ	8.3(5.8)
			春雨サラダ			キャベツの昆布あえ	1.9(1.3)
			食パン		692.7(564.9)		359.3(251.5)
25	水		スープ(春雨・レタス)	ドリンクヨーグルト		みそ汁(しめじ・ねぎ)	9.0(6.3)
20	V3 V	ヨーグルト	ラタトユイユ	ちんすこう		じゃがいもの小判焼き	10.0(7.0)
			ゆでとうもろこし			大根サラダ	1.8(1.3)
			ビビンバ麺	牛乳	577.3(494.4)		381.9(267.3)
26	木	ドリンク	中華スープ(にら卵)	豆乳みかん	24.8(22.8)	すまし汁(わかめ・大根)	12.8(9.0)
20	* *	ヨーグルト		ババロア風	18.5(15.8)	炒り豆腐	10.8(7.6)
				,		かぼちゃの素揚げ	1.1(0.8)
			ごはん	牛乳	449.1(422.2)		351.3(245.9)
27	金	ドリンク	みそ汁(切干大根・しめ	かき氷		すまし汁(麩・なめこ)	13.9(9.7)
21	217	ヨーグルト	(C)	(0.1歳児フルーツ		さわらのもやしあんかけ	8.3(5.8)
			鶏の唐揚げ	ゼリー)	1.5(1.2)	ポテトサラダ	1.2(0.8)
			豚丼	牛乳			
28	土	豆乳	すまし汁	ビスコ			
20	_	ヨーグルト		せんべい			
				クッキー			
			ロールパン		499.7(440.8)		380.0(266.0)
30	月	ドリンク	トマトスープ	牛乳	23.8(23.1)	みそ汁(ほうれん草・長芋)	11.5(8.0)
30	73	ヨーグルト	鮭のガーリックバター焼き	ゆかりおにぎり		豚肉とビーフンのカレー炒	7.9(5.6)
			ブロッコリーのサラダ		1.8(1.5)	め	2.1(1.5)
		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	ごはん		590.4(503.5)		331.6(232.1)
24	دار	ドリンク	すまし汁(わかめ・大根)	牛乳		スープ(おくら・はるさめ)	10.9(7.7)
31	火	ヨーグルト	和風卵焼き	マシュマロおこし	22.5(18.6)	チンジャオロース風	7.8(5.4)
			コロコロサラダ		1.9(1.5)	小松菜と油揚げの炒め煮	1.3(0.9)
	·	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		<u> </u>	2.0(1.0)		2.0(0.0)