

後 期 食 献 立 表

園 長	米 養 士

2018年11月

国府台保育園

日付	献立名	材料名	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01木	全がゆ ひき肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚ひき肉/たまねぎ/かぼちゃ/きゅうり/にんじん/	117Kc 4.1g 2.7g 1.0g
02金	全がゆ しらすと野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/しらす干し/にんじん/はくさい/トマト/	92Kc 4.7g 0.4g 0.9g
05月	全がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/木綿豆腐/にんじん/だいこん/いんげん/	108Kc 4.3g 2.0g 1.2g
06火	全がゆ 魚と野菜のやわらか煮	米/かじき/にんじん/きゅうり/こまつな/	356Kc 8.8g 2.0g 1.3g
07水	全がゆ ツナと野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/ツナ味付缶/にんじん/たまねぎ/きゅうり/	97Kc 4.2g 0.5g 0.9g
08木	全がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/鶏むね肉/きゅうり/にんじん/かぶ/	91Kc 4.8g 0.4g 0.8g
09金	全がゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚肉(もも)/はくさい/にんじん/たまねぎ/	104Kc 4.4g 1.7g 0.9g
10土	全がゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚肉(肩)こま/はくさい/にんじん/たまねぎ/	109Kc 4.1g 2.3g 0.9g
12月	全がゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚肉(肩)コース/きゅうり/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/	120Kc 4.0g 3.0g 1.0g
13火	全がゆ 魚と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/さけ/切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/	123Kc 5.5g 0.8g 2.0g
14水	全がゆ しらすと野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/しらす干し/にんじん/いんげん/かぼちゃ/ブロッコリー/	99Kc 5.3g 0.4g 1.4g
15木	全がゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚肉(肩)こま/はくさい/にんじん/ブロッコリー/	109Kc 4.4g 2.4g 1.2g
16金	全がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/にんじん/キャベツ/いんげん/だいこん/鶏もも肉/	93Kc 4.3g 0.9g 0.9g
17土	全がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/鶏むね肉/にんじん/だいこん/キャベツ/いんげん/	92Kc 4.9g 0.4g 0.9g
19月	全がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/木綿豆腐/にんじん/ほうれんそう/だいこん/	108Kc 4.4g 2.1g 1.3g
20火	全がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/鶏むね肉/たまねぎ/きゅうり/にんじん/はくさい/	92Kc 4.8g 0.4g 0.8g
21水	全がゆ 魚と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/さば/にんじん/きゅうり/こまつな/	112Kc 4.5g 2.7g 1.0g
22木	全がゆ 大豆と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/にんじん/はくさい/日本かぼちゃ/だいず水煮/	100Kc 3.4g 1.1g 2.1g
24土	全がゆ 大豆と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/いんげんまめ(ゆで)/かぼちゃ/はくさい/にんじん/	109Kc 2.8g 0.3g 3.2g
26月	全がゆ ひき肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/鶏ひき肉/にんじん/ほうれんそう/ミニトマト/きゅうり/	102Kc 4.1g 2.0g 0.9g
27火	全がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/木綿豆腐/なす/にんじん/こまつな/	108Kc 4.4g 2.0g 1.2g
28水	全がゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/豚肉(肩)コース/だいこん/にんじん/こまつな/	113Kc 3.9g 3.0g 1.0g
29木	全がゆ ひき肉と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/キャベツ/	106Kc 4.0g 2.0g 1.0g
30金	全がゆ 魚と野菜のやわらか煮	全がゆ(精白米)/あかうお/きゅうり/たまねぎ/にんじん/キャベツ/	91Kc 4.0g 0.7g 0.8g

☆個々に合わせて食事の量や固さなどに対応しています☆

