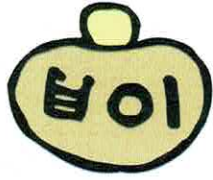


# こんだて表(幼児後期)



1食あたりの米量  
 エネルギー 340 kcal  
 蛋白質 12.2g  
 脂質 7.5g



月	火	水	木	金	土	
10/3	米飯 120g ☆豆豆腐 味噌汁(大豆・なめこ)*朝食から取る ☆味噌煮し ☆棒棒鶏チヂミ ☆和風(白身魚・人参) ☆鶏汁(人参) ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆立田揚げ(若鶏)◇付 吉野汁*夕食から取る ☆トウモロコシ(かき)か(か125) ☆ナポリタン(かき)か(か125) ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏) ☆和風(白身魚)◇付(完) ☆和風(白身魚)◇付(完) ☆和風(白身魚)◇付(完) ☆和風(白身魚)◇付(完)	米飯 120g ☆大根の塩焼き◇付 ☆野菜チヂミ ☆チヂミ(おから) ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付
10/4	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付
10/10	米飯 120g ☆なすチヂミ ☆なすチヂミ ☆なすチヂミ ☆なすチヂミ	米飯 120g ☆麻婆豆腐 ☆麻婆豆腐 ☆麻婆豆腐 ☆麻婆豆腐	米飯 120g ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏)	米飯 120g ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏) ☆揚げ鶏(若鶏)	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付
10/17	米飯 120g ☆兼付豚骨(鶏・大根) ☆兼付豚骨(鶏・大根) ☆兼付豚骨(鶏・大根) ☆兼付豚骨(鶏・大根)	米飯 120g ☆鶏卵の照焼丼具 ☆鶏卵の照焼丼具 ☆鶏卵の照焼丼具 ☆鶏卵の照焼丼具	米飯 120g ☆煮魚(白身魚) ☆煮魚(白身魚) ☆煮魚(白身魚) ☆煮魚(白身魚)	米飯 120g ☆鶏卵の塩焼き◇付 ☆鶏卵の塩焼き◇付 ☆鶏卵の塩焼き◇付 ☆鶏卵の塩焼き◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付
10/24	米飯 120g ☆すき焼き風煮 ☆すき焼き風煮 ☆すき焼き風煮 ☆すき焼き風煮	米飯 120g ☆石狩ご飯 ☆石狩ご飯 ☆石狩ご飯 ☆石狩ご飯	米飯 120g ☆みそ焼き(魚)◇付 ☆みそ焼き(魚)◇付 ☆みそ焼き(魚)◇付 ☆みそ焼き(魚)◇付	米飯 120g ☆大豆豆腐 ☆大豆豆腐 ☆大豆豆腐 ☆大豆豆腐	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付
10/31	米飯 120g ☆豆豆腐 ☆豆豆腐 ☆豆豆腐 ☆豆豆腐	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 120g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付	米飯 60g ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付 ☆和風(白身魚)◇付

\*食材の都合により変更になる場合がございます。  
 畠田赤十字病院 栄養課