

献立表

令和2年 4月

笹久保さくら保育園

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料	
1	15	水	せんべい	ごはん	すき焼き煮 いんげんのごま和え みそ汁(じゃがいも わかめ)	豚肉 豆腐 白滝 玉ねぎ しいたけ いんげん にんじん ごま じゃがいも わかめ	ウインナーパイ 牛乳	パイシート 卵 ウインナー
2	木	ビスケット	わかめ ごはん	干草焼き ミトト コールスローサラダ コンソメスープ	卵 鶏肉 ほうれん草 チーズ キャベツ ハム きゅうり にんじん コーン 玉ねぎ ミトト	メロンパン風クッキー 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 グラニュー糖	
3	17	金	チーズ	ごはん	油淋鶏 大根とツナの炒めもの ワンタンスープ	鶏肉 しょうが にんにく 大根 ツナ のり にんじん ワンタンの皮 もやし 長ねぎ	カスタードプリン 麦茶	卵 牛乳 バニラエッセンス リッツ
4	18	土	リッツ	ごはん	ハヤシライス コンソメスープ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ グリーンピース コーン パナナ	4日 ドーナツ 18日 シュガートースト 麦茶	4日 ドーナツ 18日 食パン バター
6	20	月	せんべい	ごはん	さわらの照り焼き 筑前煮 みそ汁(小松菜 お麩)	さわら しょうゆ 鶏肉 さつま揚げ にんじん たけのこ れんこん さといも 小松菜 お麩	かりかりトースト 牛乳	食パン ベーコン マヨネーズ チーズ
7	30	火 木	チーズ	ごはん	麻婆豆腐 ツナのチャプチェ 卵スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ にんじん しいたけ 春雨 ツナ きゅうり ごま 卵 ほうれん草	バナナココアケーキ 牛乳	小麦粉 パナナ ココア バター 卵
8	22	水	スティック ビスケット	ごはん	肉じゃが ほうれん草の磯辺和え みそ汁(なめこ 豆腐)	豚肉 白滝 玉ねぎ じゃがいも にんじん ほうれん草 のり なめこ 豆腐	おから餅 牛乳	おから 片栗粉
9	21	木 火	リッツ	ごはん	ハンバーグ ミトト 和風ツナサラダ もやしスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 キャベツ ツナ きゅうり かつお節 にんじん もやし コーン	きな粉揚げパン 牛乳	ロールパン きな粉 グラニュー糖
10	24	金	ビスケット	ごはん	チキンカレー ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ ブロッコリー チーズ コーン ハム フルーツ	抹茶と小豆の スティックケーキ 麦茶	小麦粉 小豆 抹茶 卵 牛乳
11	25	土	せんべい	麵	けんちんうどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 にんじん ごぼう ねぎ じゃがいも 青のり オレンジ	11日りんごデニッシュ 25日フレンチトースト 麦茶	11日 りんごデニッシュ 25日 食パン 卵 牛乳
13	27	月	リッツ	ごはん	カレーのから揚げ たけのこの土佐煮 豚汁	カレー しょうが たけのこ にんじん かつお節 豚肉 ねぎ ごぼう 大根 さといも	和風スパゲティ 牛乳	スパゲティ しめじ ほうれん草 ハム バター にんにく
14	28	火	スティック ビスケット	パン	チキンのトマトクリーム煮 スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ トマト しめじ えのき 牛乳 スパゲティ きゅうり ハム フルーツ	じゃこのりおにぎり 麦茶	米 しらす 青のり
23	木	チーズ	お弁当の日			マシュマロサンド 野菜ジュース	マシュマロ リッツ	
16	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	たけのこ 油揚げ 豚肉 キャベツ ミトト じゃがいも ベーコン 玉ねぎ マカロニ にんじん コーン	ショートケーキ 牛乳	小麦粉 卵 バター いちご 生クリーム		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ たけのこごはん
- ✿ 春キャベツのメンチカツ ミトト
- ✿ ジャーマンポテト
- ✿ マカロニスープ

※都合により、多少献立を変更する事があります。ご了承ください。

今月の平均栄養摂取量	
3歳未満児	3歳以上児
エネルギー / たんぱく質	エネルギー / たんぱく質
443kcal / 17.4g	547kcal / 23.1g