

献立表

令和元年 6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	土	せんべい	麵	焼きそば わかめスープ フルーツ チーズ 牛乳	中華麵 豚肉 にんじん もやし キャベツ わかめ 玉ねぎ バナナ チーズ	菓子パン 麦茶	1日 りんごデニッシュ 5日 バナナバウム
3	17	月	リッツ	ごはん	鯖の磯辺焼き 切干大根の煮物 みそ汁(豆腐 なめこ)	鯖 青のり 切干大根 にんじん 油揚げ いんげん 豆腐 なめこ	きな粉サンド 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
4	18	火	ビスケット	ごはん	麻婆豆腐 春雨サラダ 卵スープ	豚肉 豆腐 にんじん 長ねぎ しいたけ 春雨 きゅうり もやし にんじん ハム 卵 わかめ	パイナップルケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 バター 牛乳 パイナップル
5	19	水	せんべい	わかめ ごはん	洋風厚焼き玉子 和風ツナサラダ コンソメスープ	鶏肉 卵 えだまめ 玉ねぎ キャベツ ツナ きゅうり かつお節 にんじん コーン わかめ	ちゃんぼん麵 牛乳	ちゃんぼん麵 豚肉 もやし にんじん かまぼこ 牛乳
6	20	木	飲む ヨーグルト	ごはん	鶏肉の竜田揚げ いんげんのごま和え みそ汁(じゃがいも えのき)	鶏肉 しょうが いんげん ごま にんじん じゃがいも えのき	ココアクッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター ココア
7	21	金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも ブロッコリー ハム コーン チーズ ゴールデンキウイ	あじさいゼリー リッツ 麦茶	ぶどうジュース 寒天 カルピス アガー
8	22	土	せんべい	麵	五目うどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 にんじん 長ねぎ ごぼう ほうれん草 じゃがいも 青のり バナナ	8日 菓子パン 22日 焼きおにぎり 麦茶	8日 クリームクロワッサン 22日 米 しょうゆ
10	24	月	リッツ	ごはん	鮭のフレーク焼き キャベツのおかか和え 塩ちゃんこ汁	鮭 コーンフレーク マヨネーズ キャベツ きゅうり にんじん かつお節 鶏肉 もやし 長ねぎ 豆腐	あんまん 牛乳	小麦粉 強力粉 あんこ ごま
11	25	火	ビスケット	パン	大豆のチリコンカン スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 大豆 にんじん 玉ねぎ トマト じゃがいも ピーマン スパゲティ ハム きゅうり 清見オレンジ	五平もち 麦茶	米 みそ ごま
12	26	水	せんべい	ごはん	甘辛コーンだんご 大根とツナの炒め物 キャベツスープ	鶏肉 コーン 玉ねぎ 大根 ツナ にんじん のり キャベツ コーン	フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳
14	28	金	野菜 ジュース	ごはん	肉豆腐 小松菜のなめ苺和え みそ汁(なす 油揚げ)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ 大根 しいたけ もやし たけのこ 小松菜 なめ苺 なす 油揚げ	14日 お麩ラスク 28日 ポテトフライ 牛乳	14日 お麩 バター 28日 じゃがいも 塩
29	土	リッツ	ごはん	ハヤシライス もやしスープ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリーンピース もやし コーン バナナ	シュガーラスク 麦茶	食パン バター グラニュー糖	
27	木	チーズ	お弁当の日			菓子パン 麦茶	菓子パン	
13	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ ミトト キャベツ ハム コーン にんじん ベーコン しいたけ ほうれん草 大根	ミルク 牛乳	パイシート 粉砂糖 生クリーム フルーツ		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ピラフ
- ✿カレーコロッケ ミトト
- ✿コールスローサラダ
- ✿パイザンヌスープ

※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
438kcal / 14.8g	543kcal / 19.6g