

献立表

平成30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
2	16月	チーズ	ごはん	さわらの西京焼き ひじきの煎り煮 塩ちゃんこ汁	さわら みそ れんこん ひじき にんじん いんげん ちくわ 鶏肉 豆腐 長ねぎ もやし	きな粉トースト 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
3	火	リッツ	ごはん	鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ マカロニスープ	鶏肉 にんにく しょうが ブロッコリー ハム コーン にんじん マカロニ 玉ねぎ	ココアケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 バター 牛乳 ココア
4	18水	せんべい	ごはん	肉豆腐 白菜の塩昆布和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ もやし たけのこ 大根 白菜 きゅうり 塩昆布 ごま じゃがいも えのき	インドサモサ風 牛乳	餃子の皮 じゃがいも にんじん 玉ねぎ カレー粉
5	20木 金	5日 飲むヨーグルト 20日 野菜ジュース	ごはん	チキンカレー 和風ツナサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ キャベツ きゅうり ツナ コーン かつお節 オレンジ	キャラメルお麩ラスク 麦茶	お麩 バター 牛乳
6	金	野菜 ジュース	ごはん	麻婆豆腐 大根のナムル 卵スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ 大根 にんじん きゅうり ごま 卵 わかめ	揚げパン 牛乳	揚げパン
7	21土	ビスケット	ごはん	そばろ丼 みそ汁(じゃがいも わかめ) フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 しょうが 玉ねぎ 枝豆 じゃがいも わかめ パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
9	23月	せんべい	ごはん	鯖のカレー揚げ キャベツのごま酢和え みそ汁(大根 油揚げ)	鯖 カレー粉 キャベツ きゅうり にんじん ごま 大根 油揚げ	ナポリタン 牛乳	スパゲティ 鶏肉 ピーマン にんじん 玉ねぎ ケチャップ
10	24火	リッツ	ごはん	豆腐ハンバーグ にんじんしりしり もやしスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 卵 ツナ もやし 青梗菜 コーン	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
11	25水	ビスケット	パン	ウインナーとキャベツのトマト煮 スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー キャベツ トマト 玉ねぎ じゃがいも にんじん スパゲティ きゅうり ハム キウイフルーツ	鮭おにぎり 麦茶	米 鮭 ごま
12	26木	飲む ヨーグルト	わかめ ごはん	五目卵焼き 小松菜の胡麻和え みそ汁(豆腐 なめこ)	鶏肉 卵 にんじん 玉ねぎ たけのこ 枝豆 小松菜 ごま にんじん 豆腐 なめこ わかめ	よもぎだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐 よもぎ きな粉
13	27金	野菜 ジュース	ごはん	八宝菜 パンサンスー ワンタンスープ	豚肉 白菜 にんじん たけのこ なる と しいたけ 春雨 ハム きゅう り 卵 ワンタンの皮 長ねぎ もやし	バターポップコーン 牛乳	乾燥コーン バター
14	28土	せんべい	麵	焼きそば 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	中華麵 豚肉 キャベツ にんじん もやし コーン 玉ねぎ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
17	火	ビスケット	お弁当の日			チーズ蒸しパン 麦茶	ホットケーキ粉 卵 チーズ 牛乳
19	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	たけのこ 油揚げ にんじん しいたけ 豚肉 キャベツ 玉ねぎ じゃがいも ベーコン ほうれん草 大根 ミトト	フルーツサンド 牛乳	食パン 生クリーム いちご みかん	

◆◆◆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
- ✿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
422kcal / 14.7g	527kcal / 19.7g