

献立表

平成31年 2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	金	野菜 ジュース	ごはん	鬼さんカレー ブロッコリーサラダ もやしスープ	鶏肉 大豆 にんじん 玉ねぎ ブロッコリー ハム もやし コーン	節分クッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター 抹茶
2	土	せんべい	麺	焼きそば わかめスープ フルーツ 牛乳	中華麺 豚肉 キャベツ もやし にんじん 玉ねぎ わかめ バナナ	バナナバウム 麦茶	バナナバウム
4	18月	リッツ	ごはん	さわらの梅しょうゆ焼き 切干大根の煮物 みそ汁(小松菜 お麩)	さわら 梅干し 切干大根 にんじん いんげん 油揚げ 小松菜 お麩	きな粉サンド 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
5	26火	ビスケット	ごはん	麻婆豆腐 チャイナサラダ 卵スープ	豚肉 豆腐 にんじん 長ねぎ しいたけ もやし きゅうり ハム 卵 わかめ	5日 きつねうどん 26日 手打ちうどん 牛乳	5日 うどん 油揚げ 26日 小麦粉 塩
6	20水	せんべい	ごはん	豚バラ大根 ほうれん草の納豆和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 大根 にんじん 白滝 ほうれん草 納豆 かつお節 じゃがいも えのき	青のりラスク 牛乳	フランスパン バター 青のり
7	28木	飲む ヨーグルト	ごはん	バーベキューチキン チーズとコーンのサラダ コンソメスープ	鶏肉 にんにく キャベツ チーズ きゅうり コーン にんじん 玉ねぎ	ごまスコーン 牛乳	小麦粉 卵 バター ごま
8	22金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー 春雨サラダ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ 春雨 もやし ハム コーン ごま きゅうり キウイフルーツ	キャラメル ポップコーン 麦茶	ポップコーンの種 バター 牛乳
9	23土	せんべい	麺	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 長ねぎ 豆腐 じゃがいも オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
12	25火 月	リッツ	ごはん	鯖の竜田揚げ 五目煮 みそ汁(大根 わかめ)	鯖 しょうが 鶏肉 大豆 にんじん いんげん さといも 大根 わかめ	ヨーグルトケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 ヨーグルト レーズン マーガリン
13	27水	ビスケット	パン	鶏肉のクリーム煮 海藻サラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ マカロニ 海藻ミックス キャベツ えだまめ オレンジ	五平もち 麦茶	米 みそ ごま
14	木	飲む ヨーグルト	ごはん	煮込みハンバーグ スパゲティサラダ キャベツスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん スパゲティ きゅうり ハム キャベツ コーン	ココアパイ 牛乳	パイシート ココア 牛乳 グラニュー糖
15	金	野菜 ジュース	ごはん	親子煮 いんげんのごま和え みそ汁(もやし 油揚げ)	鶏肉 卵 にんじん 玉ねぎ グリーンピース いんげん ごま もやし 油揚げ	いちごプリン リッツ 麦茶	いちごオレ アガー リッツ
19	火	チーズ	お弁当の日			抹茶とあずきの スティックケーキ	ホットケーキ粉 卵 抹茶 牛乳 あずき
21	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	卵 なたと 焼豚 キャベツ いら 豚肉 ピーマン たけのこ 長ねぎ 春雨 青梗菜 にんじん しいたけ	おたのしみ 麦茶	おたのしみ☆	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿チャーハン
- ✿チンジャオロース
- ✿焼き餃子
- ✿春雨スープ

※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
436kcal / 14.8g	544kcal / 19.8g