

# 献立表

平成29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	15	水	ビスケット	わかめ ごはん	干草焼き コールスローサラダ マカロニスープ	卵 鶏肉 ほうれん草 チーズ キャベツ きゅうり にんじん マカロニ 玉ねぎ コーン わかめ	マーブルケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 バター ココア
2	16	木	飲む ヨーグルト	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁 (もやし 油揚げ)	豚肉 豆腐 玉ねぎ しらたき しいたけ にんじん ちんげん菜 ほうれん草 納豆 もやし 油揚げ	きな粉トースト 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
3	金	野菜 ジュース	おまめ ごはん	鶏肉のみぞれソースがけ いんげんのごま和え にゅうめん汁	鶏肉 大根 しょうが いんげん にんじん ごま 長ねぎ そうめん 小松菜 大豆 しらす	恵方巻き 麦茶	米 のり ツナ きゅうり	
4	25	土	リッツ	麵	けんちんうどん フルーツ チーズ 牛乳	干しうどん 鶏肉 ごぼう にんじん 豆腐 長ねぎ バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
6	20	月	チーズ	ごはん	鮭のタンドリー風 小松菜とベーコンのソテー レタススープ	鮭 ヨーグルト カレー粉 にんにく 小松菜 ベーコン コーン バター レタス にんじん 玉ねぎ	にんじんプリッツ 牛乳	小麦粉 粉チーズ にんじん パセリ
7	火	ビスケット	ごはん	かみかみつくね 和風ポテトサラダ みそ汁 (小松菜 お麩)	鶏肉 豆腐 ひじき れんこん じゃがいも ツナ 玉ねぎ 小松菜 お麩	いちごプリン/干し羊 牛乳	いちごオレ アガー 牛乳 生クリーム さつまいも	
8	22	水	せんべい	ごはん	酢豚 春雨サラダ わかめスープ	豚肉 玉ねぎ たけのこ ピーマン 春雨 きゅうり ハム もやし コー ン にんじん わかめ	ごまだれだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐 ごま
9	木	飲む ヨーグルト	ごはん	親子煮 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 (じゃがいも えの き)	鶏肉 卵 玉ねぎ グリンピース しいたけ ブロッコリー かつお節 にんじん じゃがいも えのき	和風スパゲティ 牛乳	スパゲティ しめじ ハム バター ほうれん草	
10	24	金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ ツナ きゅうり にんじん コーン オレンジ	プレーンクッキー 麦茶	小麦粉 バター 卵
13	27	月	せんべい	ごはん	さわらの梅しょうゆ焼き 高野豆腐のチャンプルー みそ汁 (大根 わかめ)	さわら 梅干し 高野豆腐 卵 にんじん しいたけ 小松菜 大根 わかめ	インドサモサ風 牛乳	ぎょうざの皮 豚肉 じゃがいも にんじ ん 玉ねぎ カレー粉
14	28	火	リッツ	パン	ウインナー入りポトフ スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー 鶏肉 じゃがいも キャベツ にんじん スパゲティ きゅうり ハム バナナ	じゃこおにぎり 麦茶	米 しらす 青のり
17	金	野菜 ジュース	ごはん	ホイコーロー 大根のナムル ワンタンスープ	豚肉 キャベツ ピーマン 玉ねぎ もやし 大根 にんじん きゅうり ワンタンの皮 長ねぎ ちんげん菜	フルーツヨーグル ト 麦茶	ヨーグルト バナナ コーンフレーク	
21	火	ビスケット	お弁当の日				バームクーヘン	バームクーヘン
23	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 豆腐 玉ねぎ しめじ かぼちゃ きゅうり ハム レーズン にんじん コーン もやし ミニトマ ト		ロールケーキ 牛乳	小麦粉 卵 牛乳 バター 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

※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。

＊ごはん

＊煮込みハンバーグ

＊かぼちゃサラダ ミトト

＊コンソメスープ

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
4 2 4 kcal / 1 5 . 1 g	5 8 2 kcal / 2 1 . 2 g