

献立表

平成29年 1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
4	水	ビスケット	麺	ミートソーススパゲティ キャベツスープ フルーツ チーズ 牛乳	ミートソース スパゲティ キャベツ 人参 玉ねぎ コーン パナナ	ジャムサンド 麦茶	食パン いちごジャム
5	25 木 水	チーズ	ごはん	松風焼き 切干大根のはりはり漬け みそ汁 (小松菜 お麩)	鶏肉 玉ねぎ 豆腐 ごま 切干大根 人参 こんぶ 小松菜 お麩	スティックパイ 牛乳	パイシート グラニュー糖
6	20 金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー チーズとコーンのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ きゅうり チーズ コーン オレンジ	6日 マカロニあべかわ 20日 揚げパン 麦茶	6日 マカロニ きな粉 20日 揚げパン
7	21 土	リッツ	麺	焼きそば 中華スープ フルーツ チーズ 牛乳	中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし わかめ 玉ねぎ パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
10	23 火 月	せんべい	ごはん	ぶりの照り焼き 白菜の塩昆布和え みそ汁 (じゃがいも えのき)	ぶり しょうゆ 白菜 塩昆布 人参 じゃがいも えのき	納豆トースト 牛乳	食パン 納豆 チーズ かつお節 長ねぎ
11	水	チーズ	おもち	おもち 豚汁 みかん	もち米 きな粉 あんこ 焼きのり 豚肉 大根 人参 里芋 ごぼう 豆腐 長ねぎ みかん	おせんべい 麦茶	おせんべい
12	26 木	飲む ヨーグルト	パン	ミートボールのケチャップ煮 マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ミートボール じゃがいも 玉ねぎ バター 人参 マカロニ きゅうり ハム コーン キウイフルーツ	12日 七草おにぎり 26日 鮭 おにぎり 麦茶	12日 米 七草 26日 米 鮭 ごま
13	27 金	野菜 ジュース	ごはん	肉じゃが ほうれん草の磯辺和え みそ汁 (豆腐 なめこ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ しらたき ほうれん草 人参 焼きのり 豆腐 なめこ	ココアプリン 麦茶	ココア 牛乳 アガー 生クリーム
14	28 土	ビスケット	ごはん	ハヤシライス 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリーンピース コーン オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
16	30 月	リッツ	ごはん	鯖の竜田揚げ しらたきの煎り煮 けんちん汁	鯖 しょうが しらたき 人参 いんげん えのき 大根 ごぼう 里芋 長ねぎ	みそラーメン 牛乳	中華麺 豚肉 もやし 長ねぎ コーン
18	31 水 火	せんべい	ごはん	八宝菜 ブロッコリーのマヨチーズ焼 き ワンタンスープ	豚肉 白菜 人参 玉ねぎ しいたけ たけのこ なんと ブロッコリー ハム チーズ ワンタンの皮 長ねぎ	もちもちパン 牛乳	ホットケーキ粉 牛乳 白玉粉 粉チーズ
24	火	ビスケット	ごはん	ポテトコロッケ シーザーサラダ コンソメスープ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 大根 粉チーズ きゅうり ベーコン 人参 コーン	チヂミ 牛乳	小麦粉 豚肉 なら 人参 玉ねぎ ごま
17	火	チーズ	お弁当の日			パームクーヘン	パームクーヘン
19	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	炊き込みご飯の素 豚肉 たけのこ 椎茸 玉ねぎ しゅうまいの皮 ツナ 春雨 人参 きゅうり ごま 卵 長ねぎ	フルーツサンド 牛乳	ロールパン みかん 生クリーム もも	

◆◇◆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。

- ✳炊き込みごはん
- ✳花しゅうまい
- ✳ツナのチャプチェ
- ✳たまごスープ

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
429kcal / 14.7g	563kcal / 20.0g