

献立表

平成28年 5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	たらの磯辺焼き 切干大根の煮物 みそ汁(豆腐 長ねぎ)	たら 青のり 切干大根 人参 油揚げ いんげん 豆腐 長ねぎ	2日 こいのぼりロール 16日 ココアトースト 牛乳	2日 食パン ココア マーガリン パナナ 16日 食パン ココア マーガリン
6	20	金	リッツ	ごはん	チキンカレー コールスローサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ ハム コーン なつみかん	ドーナツ 麦茶	ドーナツ
7	21	土	せんべい	麺	ミートソーススパゲティ コンソメスープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ ミートソース 人参 キャベツ コーン 玉ねぎ バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
9	23	月	ビスケット	ごはん	さわらのピカタ マカロニサラダ かぶのスープ	さわら 卵 パセリ マカロニ ハム きゅうり かぶ コーン 玉ねぎ	肉みそうどん 牛乳	干しうどん 豚肉 玉ねぎ 人参
10	24	火	リッツ	ごはん	肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(お麩 なめこ)	豚肉 豆腐 たけのこ もやし 大根 玉ねぎ 青梗菜 人参 ほうれん草 胡麻 お麩 なめこ	もちもちパン 牛乳	刺し粉 粉チーズ 白玉粉 牛乳
11	25	水	チーズ	ごはん	油淋鶏 チャイナサラダ わかめスープ	鶏肉 しょうが にんにく 長ねぎ もやし きゅうり ハム わかめ 玉ねぎ	スティックパイ 牛乳	パイシート グラニュー糖
12	26	木	せんべい	パン	大豆のチリコンカン ブロッコリーとチーズのサ ラダ フルーツ 牛乳	豚肉 大豆 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー チーズ ハム キウイフルーツ	おかかおにぎり 麦茶	米 かつお節
13	27	金	ビスケット	ごはん	ひじき入りつくね じゃが芋のきんぴら みそ汁(もやし 油揚げ)	鶏肉 豆腐 玉ねぎ れんこん ひじき じゃが芋 ピーマン 胡麻 人参 もやし 油揚げ	オレンジゼリー 牛乳	オレンジジュース アガー みかん
14	28	土	リッツ	ごはん	豚丼 みそ汁(じゃが芋 わかめ) フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 玉ねぎ もやし 白滝 じゃが芋 わかめ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
30	月	せんべい	ごはん	鮭のタンドリー風 おまめサラダ ミネストローネ	鮭 ヨーグルト ケチャップ 枝豆 ハム きゅうり 胡麻 トマト キャベツ 人参 じゃが芋	チヂミ 牛乳	小麦粉 豚肉 人参 にら 玉ねぎ 胡麻	
18	31	水 火	ビスケット	ごはん	回鍋肉 ツナのチャブチェ 卵スープ	豚肉 キャベツ ピーマン 玉ねぎ もやし 人参 ツナ 春雨 きゅうり 椎茸 卵 長ねぎ	マカロニアベかわ 牛乳	マカロニ きな粉
17	火	せんべい	お弁当の日			薄皮クリームパン	薄皮クリームパン	
19	木	チーズ	 お誕生日会メニュー 	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ ミトマト キャベツ ベーコン 大根 粉チーズ マカロニ 人参 コーン	かぶとパイ 牛乳	春巻きの皮 バター かぼちゃ		

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

- *ロールパン
- *まんまるコロッケ ミトマト
- *シーザーサラダ
- *ABC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
404kcal / 15.7g	548kcal / 21.8g