

献立表

令和2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	22 土	リッツ	麺	鶏南蛮うどん 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 玉ねぎ じゃがいも 青のり オレンジ	1日 鮭おにぎり 22日 菓子パン 麦茶	1日 米 鮭 ごま 22日 菓子パン
3	月	ビスケット	大豆 ごはん	鶏肉のごまみそ焼き キャベツのおかか和え つみれ汁	大豆 しいたけ にんじん ごぼう 鶏肉 ごま キャベツ きゅうり かつお節 つみれ 大根 長ねぎ	恵方巻クレープ 牛乳	クレープの皮 生クリーム みかん バナナ いちご
4	火	チーズ	ごはん	鯖のカレー揚げ ツナのチャプチェ ワンタンスープ	鯖 カレー粉 春雨 ツナ にんじん きゅうり ごま にんにく ワンタンの皮 長ねぎ もやし	シュガートースト 牛乳	食パン バター グラニュー糖
5	19 水	せんべい	ごはん	豚肉の生姜焼き ほうれん草の磯辺和え みそ汁(大根 油揚げ)	豚肉 玉ねぎ しょうが ほうれん草 にんじん 焼きのり 大根 油揚げ	スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンドパウダー
6	26 木 水	6日 飲むヨーグルト 26日 スティックソフト	わかめ ごはん	野菜のキッシュ ミトト スパゲティサラダ キャベツスープ	卵 ベーコン ほうれん草 チーズ スパゲティ きゅうり ハム キャベツ コーン にんじん	肉まん 牛乳	小麦粉 強力粉 豚肉 たけのこ ねぎ
7	28 金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー キャベツの中華和え フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん 玉ねぎ じゃがいも キャベツ ツナ きゅうり フルーツ	バターポップコーン 干し芋 麦茶	ポップコーンの種 バター 干し芋
8	29 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 にんじん キャベツ もやし わかめ 玉ねぎ バナナ	8日 ココアトースト 29日 菓子パン 麦茶	8日 食パン ココア 29日 菓子パン
10	25 月 火	リッツ	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き 鶏肉と根菜の煮物 フルーツ みそ汁(小松菜 お麩)	鮭 コーン フルーツ 鶏肉 ごぼう にんじん たけのこ いんげん さといも 小松菜 お麩	かぼちゃ餅 牛乳	かぼちゃ 上新粉 きな粉
12	27 水 木	12日 ビスケット 27日 飲むヨーグルト	ごはん	すき焼き煮 いんげんのごま和え みそ汁(じゃがいも わかめ)	豚肉 豆腐 白滝 玉ねぎ しいたけ いんげん にんじん ごま じゃがいも わかめ	12日ミートソースパスタ 27日手打ちうどん 牛乳	12日 スパゲティ 豚肉 玉ねぎ にんじん 27日 小麦粉 鶏肉 にんじん 長ねぎ
13	木	飲む ヨーグルト	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 玉ねぎ にんじん マカロニ 海藻ミックス コーン キャベツ 枝豆 フルーツ	おかかおにぎり 麦茶	米 かつお節
14	金	野菜 ジュース	ごはん	ピザバーグ ミトト ブロッコリーサラダ マカロニスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ ビーマン チーズ ブロッコリー ハム マカロニ コーン にんじん ミトト	ココアプリン 麦茶	ココア 牛乳 アガー 生クリーム いちご 源氏パイ
17	月	スティック ビスケット	ごはん	さわらの香草焼き 白菜の海苔ナムル にゅうめん汁 フルーツ	さわら 粉チーズ フルーツ 白菜 もやし のり にんじん そうめん 長ねぎ 大根	ほうじ茶ケーキ 牛乳	ホットケーキ 卵 牛乳 ほうじ茶
21	金	野菜 ジュース	ごはん	のり塩チキン 和風ツナサラダ コンソメスープ	鶏肉 にんにく 青のり キャベツ きゅうり ツナ かつお節 にんじん もやし コーン	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
18	火	チーズ	お弁当の日			小倉サンド 麦茶	食パン あんこ バター
20	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ たけのこ しいたけ しゅうまいの皮 ミトト 春雨 卵 きゅ うり ハム にんじん 白菜	ブルーベリーパイ 牛乳	パイシート チーズ ブルーベリー	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿炊き込みごはん
- ✿花しゅうまい ミトト
- ✿パンサンスー
- ✿中華スープ

※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
448kcal / 16.1g	548kcal / 21.1g