

献立表

平成29年 8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	火	リッツ	ごはん	塩肉じゃが 小松菜の磯辺和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 小松菜 焼きのり にんじん もやし 油揚げ	ごまだれだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐 ごま
2	23	水	せんべい	ごはん	麻婆豆腐 チャイナサラダ ワンタンスープ	豚肉 豆腐 にんじん しいたけ 長ねぎ もやし きゅうり ハム ワンタンの皮 たら 玉ねぎ	じゃがいものガレット 牛乳	じゃがいも バター チーズ
3	18	木 3日 飲むヨーグルト 18日 せんべい	金	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 にんじん 玉ねぎ じゃがいも キャベツ ハム きゅうり コーン キウイフルーツ	3日 フレンチトースト 18日 菓子パン 麦茶	3日 食パン 卵 牛乳 18日 菓子パン
4	25	金	野菜 ジュース	ごはん	豆腐ハンバーグ 和風ポテトサラダ みそ汁(なす お麩)	豚肉 豆腐 にんじん じゃがいも ツナ 玉ねぎ なす お麩	オレンジゼリー せんべい 牛乳	オレンジジュース アガー みかん
5	17	土 木	ビスケット	麺	冷やしうどん チーズ 青のりポテト 牛乳	干しうどん ハム きゅうり もやし コーン じゃがいも 青のり	菓子パン 麦茶	菓子パン
7	28	月	チーズ	ごはん	鯖の竜田揚げ ひじきの煎り煮 みそ汁(なめこ 豆腐)	鯖 しょうが れんこん ひじき ちくわ いんげん にんじん なめこ 豆腐	ジャージャー麺 牛乳	中華麺 豚肉 玉ねぎ きゅうり しょうが
8	24	火 木	8日 せんべい 24日 飲むヨーグルト	パン	ラタトゥイユ スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 大豆 なす ピーマン 玉ねぎ トマト にんにく スパゲティ にんじん きゅうり ハム オレンジ	鮭おにぎり 麦茶	米 鮭 ごま
9	30	水	ビスケット	ごはん	すき焼き煮 キャベツのごま酢和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ 青梗菜 白滝 キャベツ きゅうり ごま じゃがいも えのき	スティックパイ 牛乳	パイシート グラニュー糖
10	31	木	飲む ヨーグルト	ごはん	ドライカレー ブロッコリーサラダ もやしスープ	鶏肉 にんじん 玉ねぎ ブロッコリー ハム もやし コーン 青梗菜	プレーンクッキー 牛乳	小麦粉 バター 卵
12	26	土	リッツ	ごはん	ピラフ ポトフスープ フルーツ チーズ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ コーン グリーンピース じゃがいも オレンジ	シュガーバタートースト 麦茶	食パン バター グラニュー糖
14	月	せんべい	ごはん	そばろ丼 わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん にんにく しょうが わかめ 玉ねぎ パナナ	ちんすこう 麦茶	小麦粉 砂糖 サラダ油	
15	火	ビスケット	麺	ミートソーススパゲティ キャベツスープ じゃがバター 牛乳	スパゲティ ミートソース キャベツ にんじん コーン じゃがいも バター	ワッフル 麦茶	ワッフル	
16	水	リッツ	ごはん	チャーハン みそ汁(じゃがいも わかめ) フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ グリンピース じゃがいも わかめ オレンジ	バームクーヘン 麦茶	バームクーヘン	
19	土	ビスケット	ごはん	にんじんピラフ サラダ スープ	にんじん バター 鶏肉 キャベツ きゅうり 玉ねぎ コーン	菓子パン 牛乳	菓子パン	
21	月	チーズ	ごはん	さわらのピカタ ツナコーンサラダ コンソメスープ	さわら 卵 パセリ キャベツ ツナ コーン きゅうり にんじん 玉ねぎ	にんじんケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 にんじん	
29	火	せんべい	 お誕生日会メニュー 	鶏肉 長ねぎ しょうが にんにく ミント ト 春雨 ハム コーン もやし きゅうり ごま にんじん 卵 ほうれん草 わかめ	きな粉アイス 牛乳	バニラアイス きな粉		

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

- ★わかめごはん
- ★油淋鶏 ミトト
- ★春雨サラダ
- ★卵スープ

※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
417 kcal / 14.4g	537 kcal / 19.3g