

献立表

平成29年 3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	水	チーズ	ごはん	チンジャオロース ツナのチャプチェ たまごスープ	豚肉 ピーマン たけのこ にんじん 春雨 ツナ きゅうり にんにく ごま 卵 長ねぎ	お好み焼き 牛乳	小麦粉 豚肉 キャベツ 卵 青のり
2	木	飲む ヨーグルト	ひな 寿司	鶏肉の照り焼き 菜の花のごま和え お吸い物 (飾り麩 三つ葉)	鶏肉 菜の花 ほうれん草 もやし ご ま 飾り麩 三つ葉 にん じん 卵 青のり 鮭 さやい んげん	3色スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンドパウ ダー いちご 抹茶
4	18 土	リッツ	麺	鶏南蛮うどん フルーツ チーズ 牛乳	干しうどん 鶏肉 長ねぎ にんじん しいたけ 玉ねぎ バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
6	21 月 火	せんべい	ごはん	鯖の西京焼き きんぴらごぼう けんちん汁	鯖 みそ ごぼう にんじん ごま さといも 長ねぎ 大根 豆腐	納豆トースト* 牛乳	食パン 納豆 のり 長ねぎ チーズ かつお節
7	23 火 木	7日 干し芋 23日 飲むヨーグルト	ごはん	肉じゃが* ほうれん草の白和え みそ汁 (大根 わかめ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ しらたき ほうれん草 豆腐 にんじん 大根 わかめ	オレンジゼリー* するめ 牛乳	アガー みかん オレンジジュース するめ
8	22 水	チーズ	ごはん	麻婆豆腐 チャイナサラダ 春雨スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ もやし きゅうり ハム 春雨 玉ねぎ にんじん	ごまとチーズの スティックケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 ごま チーズ 牛乳
10	24 金	野菜 ジュース	ごはん	チキンカレー* ブロッコリーとチーズのサラダ* フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん ブロッコリー ハム チーズ コーン オレンジ	10日 揚げパン 24日 ケーキ 麦茶	10日 揚げパン 24日 ケーキ
11	31 土 金	せんべい	ごはん	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 にんにく ほうれん草 にんじ ん もやし わかめ 玉ねぎ バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
13	27 月	干し芋	ごはん	さわらの磯辺焼き たけのこのおかか煮* みそ汁 (じゃがいも えのき)	さわら 青のり たけのこ かつお節 にんじん じゃがいも えのき	ココアスコーン 牛乳	小麦粉 バター 卵 牛乳 ココア
14	28 火	リッツ	パン	ウイナーとキャベツのトマト煮* マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ウイナー キャベツ じゃがいも 玉ねぎ にんじん マカロニ ハム コーン きゅうり キウイフルーツ	五平もち 麦茶	米 みそ 小麦粉 ごま
15	29 水	せんべい	ごはん	かぼちゃコロッケ* シーザーサラダ マカロニスープ*	豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ ベーコン 大根 きゅうり 粉チーズ にんじん マカロニ コー ン	ナポリタン 牛乳	スパゲティ ハム ピーマン 玉ねぎ にんじん
16	30 木	飲む ヨーグルト	ごはん	豚バラ大根 小松菜のおかか和え みそ汁 (なめこ 豆腐)	豚肉 大根 しらたき しょうが 小松菜 にんじん かつお節 なめこ 豆腐	お麩ラスク* 牛乳	お麩 バター グラニュー糖
17	金	野菜 ジュース	ピラフ わかめ ごはん	から揚げ*/しゅうまい ポテトサラダ コーンスープ* フルーツ	わかめ 鶏肉 にんにく しょうが 豚 肉 たけのこ シュウマイの皮 ゲリンピース じゃがいも きゅうり ちくわ にんじん コーン 玉ねぎ コーンス	フルーツサンド* 牛乳	ロールパン みかん 生クリーム いちご
3	金	ビスケット	お弁当の日			バームクーヘン	バームクーヘン
9	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ チーズ パセ リ キャベツ ツナ 卵 きゅうり ミトマト にんじ ん もやし コーン ロールパン	いなり寿司 麦茶	米 油揚げ ごま	

メニューの横の * は、きく組さんのリクエストメニューです

◆◆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。

*ロールパン

マカロニグラタン

*ミモザサラダ ミトマト

*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
435kcal / 15.8g	557kcal / 21.1g