

献立表

平成30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	15	木	飲む ヨーグルト	ごはん	豚肉とキャベツのカレー炒め 春雨サラダ みそ汁(じゃがいも 油揚げ)	豚肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ カレー粉 春雨 きゅうり ハム コーン じゃがいも 油揚げ	スティックパイ 牛乳	パイシート グラニュー糖
2	金	野菜 ジュース	ごはん	二色丼 いんげん胡麻和え にゅうめん汁	鶏肉 玉ねぎ にんにく 卵 いんげん ごま にんじん そうめん 大根 長ねぎ 小松菜	恵方巻き 麦茶	米 のり ツナ きゅうり	
3	土	ビスケット	麺	けんちんうどん フルーツ チーズ 牛乳	干しうどん 鶏肉 にんじん ごぼう さといも 豆腐 オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン	
5	19	月	リッツ	わかめ ごはん	さわらの香草焼き 白菜とりんごのサラダ ポトフスープ	さわら 粉チーズ パン粉 わかめ 白菜 りんご きゅうり じゃがいも にんじん 玉ねぎ	ヨーグルトケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 ヨーグルト マーガリン レーズン レモン汁
6	27	火	ビスケット	ごはん	麻婆豆腐 チャイナサラダ 卵スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ にんじん しいたけ もやし きゅうり ハム コーン 卵 わかめ	メロンラスク 牛乳	食パン バター ホットケーキ粉 牛乳
7	21	水	せんべい	ごはん	肉じゃが ほうれん草の磯辺和え みそ汁(なめこ 豆腐)	豚肉 玉ねぎ じゃがいも しらたき ほうれん草 焼きのり にんじん もやし なめこ 豆腐	塩焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし キャベツ にんじん
8	木	飲む ヨーグルト	ごはん	和風つくね 切干大根の煮物 けんちん汁	鶏肉 れんこん 玉ねぎ 切干大根 油揚げ いんげん 長ねぎ にんじん ごぼう さといも	ちんすこう風 牛乳	小麦粉 砂糖 サラダ油	
9	23	金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ じゃがいも ツナ キャベツ きゅうり にんじん コーン オレンジ	9日 マカロニあべかわ 23日 揚げパン 麦茶	9日 マカロニ きな粉 23日 揚げパン
10	24	土	リッツ	ごはん	チキンライス もやしスープ フルーツ チーズ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン ケチャップ もやし コーン バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
13	26	火 月	せんべい	ごはん	鯖の竜田揚げ 高野豆腐チャンプルー みそ汁(大根 わかめ)	鯖 しょうが 高野豆腐 卵 にんじん 小松菜 しいたけ 大根 わかめ	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉 豚肉 キャベツ 卵 青のり
14	28	水	チーズ	パン	ミートボールのケチャップ煮 スパゲティサラダ 牛乳 14日ココアプリン 28日フルーツ	ミートボール じゃが芋 玉ねぎ ハム スパゲティ にんじん きゅうり 14日 アガー ココア 28日 バナナ	鮭おにぎり 麦茶	米 鮭 ごま
16	金	野菜 ジュース	ごはん	油淋鶏 ごぼうサラダ ワンタンスープ	鶏肉 しょうが にんにく 長ねぎ ごぼう きゅうり にんじん ごま ワンタンの皮 豚肉 もやし たら	バナナヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ コーンフレーク	
20	火	ビスケット	お弁当の日			きな粉サンド 麦茶	食パン きな粉 マーガリン	
22	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 じゃがいも チーズ ブロッコリー ハム にんじん コーン もやし ちんげん菜	いなり寿司 麦茶	米 油揚げ ごま		

*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。

◆◆お誕生日会献立◆◆

- ✿ ロールパン
- ✿ マカロニグラタン
- ✿ ブロッコリーサラダ
- ✿ 野菜たっぷりスープ

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
427kcal / 14.9g	550kcal / 20.0g