

献立表

平成30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
1	火	チーズ	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	鮭 コーン マヨネーズ ブロッコリー にんじん ツナ 玉ねぎ 青梗菜	しょうゆラーメン 牛乳	生ラーメン 豚肉 にんじん もやし 長ねぎ
2	水	リッツ	炊き込み みごはん	千草焼き ポテトサラダ にゅうめん汁	鶏肉 卵 ほうれん草 チーズ じゃがいも きゅうり コーン ちくわ そうめん 長ねぎ 大根 にんじん	かしわもち 牛乳	白玉粉 小麦粉 あんこ
7	21月	ビスケット	ごはん	鯖の竜田揚げ 高野豆腐のチャンプルー みそ汁(大根 わかめ)	鯖 しょうが 高野豆腐 卵 小松菜 にんじん 大根 わかめ	ココアスティックパイ 牛乳	パイシート ココア
8	22火	せんべい	パン	大豆のチリコンカン マカロニサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 大豆 にんじん 玉ねぎ トマト じゃがいも ピーマン マカロニ きゅうり ハム コーン オレンジ	肉みそおにぎり 麦茶	米 豚肉 みそ
9	23水	リッツ	ごはん	ミートローフ 大根とツナの炒め物 レタススープ	鶏肉 玉ねぎ グリンピース 大根 にんじん ツナ のり レタス コーン	ごまビスケット 牛乳	小麦粉 ごま 卵
10	24木	飲む ヨーグルト	ごはん	肉じゃが いんげんのおかか和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 じゃがいも 白滝 玉ねぎ いんげん かつお節 にんじん もやし 油揚げ	かりかりトースト 牛乳	食パン チーズ ベーコン マヨネーズ
11	25金	野菜 ジュース	ごはん	チキンカレー シーザーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 大根 ベーコン コーン 粉チーズ キウイフルーツ	オレンジゼリー/せんべい 麦茶	オレンジジュース アガー みかん
12	26土	リッツ	麺	ミートソーススパゲティ ポトフスープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ ミートソース にんじん 玉ねぎ じゃがいも オレンジ	12日菓子パン 26日わかめおにぎり 麦茶	12日 菓子パン 26日 米 わかめ
14	28月	ビスケット	ごはん	さわらの梅しょうゆ焼き 切干大根の煮物 みそ汁(豆腐 わかめ)	さわら 梅干し 切干大根 にんじん 油揚げ いんげん 豆腐 わかめ	きな粉サンド 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
29	火	リッツ	わかめ ごはん	コーンフレークチキン コールスローサラダ もやしのスープ	鶏肉 コーンフレーク 粉チーズ キャベツ ハム コーン にんじん もやし 青梗菜 わかめ	塩焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし キャベツ にんじん
16	30水	せんべい	ごはん	すき焼き煮 小松菜の磯辺和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ 白滝 しいたけ 青梗菜 小松菜 のり じゃがいも えのき	にんじんケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 にんじん 牛乳
18	31金 木	18日 野菜ジュース 31日 飲むヨーグルト	ごはん	酢豚 春雨サラダ 卵スープ	豚肉 にんじん 玉ねぎ たけのこ ピーマン 春雨 きゅうり ハム コー ン もやし 卵 長ねぎ	プレーンクッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター
19	土	せんべい	ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリンピース わかめ バナナ	フレンチトースト 麦茶	食パン 卵 牛乳
15	火	チーズ	お弁当の日			マシュマロフレーク 麦茶	マシュマロ コーンフレーク
17	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ チーズ ツナ コーン キャベツ きゅうり マカロニ にんじん ミート	クレープ 牛乳	クレープの皮 みかん 桃 生クリーム	

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

- ✿ロールパン
- ✿ポテトグラタン
- ✿ツナコーンサラダ ミート
- ✿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
436kcal / 15.5g	555kcal / 20.8g