

献立表

令和4年 9月

社会福祉法人 白桜会

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料	
1	14	木 水	チーズ	ごはん	甘辛チキン 海藻サラダ コンソメスープ	鶏肉 にんにく 海藻ミックス キャベツ 枝豆 コーン にんじん もやし	ウインナーパイ 牛乳	パイシート ウインナー
2	30	金	リッツ	ごはん	カレー肉じゃが ほうれん草の納豆和え みそ汁 (なめこ 豆腐)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ カレー粉 白滝 ほうれん草 納豆 にんじん なめこ 豆腐	お麩ラスク 牛乳	お麩 バター グラニュー糖
3	17	土	せんべい	ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも グリビース わかめ 長ねぎ オレンジ	3日 今川焼き 17日 ジャムサン ド 麦茶	3日 今川焼き 17日 ロールパン ジャム バター
5	20	月 火	スティック ビスケット	ごはん	ほっけの磯辺焼き 五目煮 みそ汁 (大根 わかめ)	ほっけ 青のり 鶏肉 大豆 にんじん 里芋 いんげん 大根 わかめ	ココアトースト 牛乳	食パン ココア バター
6		火	ビスケット	わかめ ごはん	野菜のキッシュ ツナのチャプチェ 中華スープ	卵 ベーコン ほうれん草 チーズ ツナ 春雨 きゅうり にんじん ごま にんにく 豆腐 なら もやし わかめ	プレーンクッキー 牛乳	小麦粉 バター 卵
7	21	水	せんべい	パン	ホワイトシチュー ブロッコリーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー ハム コーン フルーツ	しらすと塩昆布 おにぎり 野菜ジュース	米 しらす 塩昆布 ごま
8	22	木	リッツ	ごはん	かみかみバーグ キャベツのごま酢和え 豚汁	豚肉 豆腐 玉ねぎ れんこん キャベツ きゅうり にんじん ごま 大根 ごぼう 長ねぎ 里芋	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉 黒糖 卵 牛乳
9		金	チーズ	ごはん	お月見カレー もやしの中華サラダ キャベツスープ	豚肉 にんじん 玉ねぎ トマト もやし きゅうり ハム にんにく キャベツ コーン	チーズタルト 牛乳	小麦粉 生クリーム クリームチーズ 卵
10	24	土	せんべい	麺	鶏南蛮うどん ふかしもち フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 長ねぎ にんじん 玉ねぎ ごぼう じゃがいも 青のり フルーツ	10日 メロンラスク 24日 鮭おにぎり 麦茶	10日 食パン 牛乳 ホットケーキ粉 24日 米 鮭 ごま
12	26	月	スティック ビスケット	ごはん	さわらの照り焼き 豆腐チャンプルー みそ汁 (小松菜 お麩)	さわら 豚肉 豆腐 なら 玉ねぎ 卵 にんじん 小松菜 お麩	12日 たい焼き 26日 あんかけ焼きそば 牛乳	12日 たい焼き 26日 中華麺 豚肉 にんじん もやし キャベツ 玉ねぎ
13	27	火	せんべい	ごはん	豚肉の生姜焼き スパゲティサラダ わかめスープ	豚肉 玉ねぎ にんにく しょうが スパゲティ きゅうり にんじん ハム わかめ 長ねぎ	シュガー揚げパン 牛乳	ロールパン グラニュー糖
16		金	リッツ	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 えの き)	豚肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ 青梗菜 いんげん にんじん ごま じゃがいも えのき	フローズンヨーグル ト せんべい 麦茶	フローズンヨーグル ト せんべい
	28	水	ビスケット	ごはん	ポークカレー キャベツの中華サラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン ツナ フルーツ	照り焼きピザ 麦茶	強力粉 イースト 鶏肉 コーン チーズ
29		木	チーズ	お弁当の日			防災パン 麦茶	防災パン
15		木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ チーズ じゃがいも マカロニ にんじん キャベツ ハム きゅうり コーン 大根 ほうれん草	きな粉おはぎ 牛乳	もち米 あんこ きな粉	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿スティックパン
- ✿ミートグラタン
- ✿コールスローサラダ
- ✿ペイザンヌスープ

※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
437kcal / 18.1g	524kcal / 22.5g