

献立表

平成28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	火	ビスケット	鮭 ごはん	ちくわの磯辺焼き 菜の花和え 吸い物(飾り麩 みつば)	鮭 胡麻 のり 人参 さやいんげん ちくわ 青のり 菜の花 ほうれん草 飾り麩 みつば	ひなケーキ 牛乳	ロールケーキ いちご 生クリーム ひなあられ
2	23 水	チーズ	ごはん	八宝菜 ブロッコリーのマヨチーズ焼き ※ スープ※	豚肉 白菜 人参 玉ねぎ なたと ブロッコリー チーズ ハム 卵 ねぎ	カレー焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし カレー粉
4	18 金	野菜ジュース	ごはん	干草焼き 和風ツナサラダ みそ汁(大根 わかめ)	卵 鶏肉 ほうれん草 チーズ 人参 キャベツ ツナ きゅうり コーン 大根 わかめ	4日 ウィンナーパ ン 18日 ケーキ 牛乳	4日 ホットケーキ粉 ウィンナー ヨーグルト 18日 ケーキ
5	19 土	ビスケット	麺	ミートソーススパゲティ 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ ミートソース 人参 キャベツ 玉ねぎ コーン パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
7	22 月 火	リッツ	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き※ 切干大根のサラダ ワンタンスープ※	鮭 コーン マヨネーズ 切干大根 きゅうり ツナ キャベツ 人参 ワンタンの皮 ねぎ もやし	納豆トースト※ 牛乳	食パン 納豆 のり チーズ
8	31 火 木	8日 せんべい 31日 飲むヨーグルト	ごはん	ドライカレー ポテトサラダ※ レタススープ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり ハム レタス コーン	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉
9	24 水 木	9日 ビスケット 24日 飲むヨーグルト	ごはん	すきやき煮 ほうれん草の磯辺和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 豆腐 人参 玉ねぎ 椎茸 ほうれん草 のり もやし 油揚げ	スティックパイ 牛乳	パイシート グラニュー糖
11	25 金	野菜ジュース	ごはん	鶏肉のからあげ※ シーザーサラダ コンソメスープ※	鶏肉 しょうが ねぎ 大根 キャベツ ベーコン コーン 粉チーズ 人参 玉ねぎ	フルーツヨーグルト ※ 麦茶	ヨーグルト パナナ コーンフレーク
12	土	リッツ	ごはん	ビビンバ丼 みそ汁(じゃが芋 わかめ) フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 ほうれん草 人参 もやし 胡麻 じゃが芋 わかめ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
14	28 月	チーズ	ごはん	さわらの西京焼き たけのこのおおかき煮 けんちん汁	さわら 味噌 たけのこ かつお節 人参 ごぼう 大根 ねぎ 豆腐	ごまだれ団子 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐 ごま
15	29 火	ビスケット	パン	ウィンナー入りポトフ スパゲティサラダ※ フルーツ 牛乳	ウィンナー 鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ スパゲティ きゅうり コーン ハム パナナ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ
16	30 水	せんべい	ごはん	親子煮 白菜の胡麻和え みそ汁(豆腐 なめこ)	鶏肉 卵 人参 玉ねぎ グリンピース 白菜 胡麻 ハム 豆腐 なめこ	ココアスコーン 牛乳	ホットケーキ粉 卵 ココア バター 牛乳
17	木	飲むヨーグルト	ロール パン	ハンバーグ/ウィンナー コールスローサラダ※ コーンスープ フルーツ	ロールパン 豚肉 豆腐 玉ねぎ ウィンナー キャベツ ハム 人参 コーン パナナ オレンジ	いなり寿司 牛乳	米 油揚げ 胡麻
3	木	リッツ	お弁当の日			ドーナツ	ドーナツ
10	木	飲むヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	炊き込みご飯の素 豚肉 玉ねぎ 筍 しゅうまいの皮 ミトト ツナ 春雨 人参 椎茸 わかめ	スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンド粉 グラニュー糖	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆ 献立の横の※は ※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。

- ※炊き込みごはん ※ きく組さんのリクエ
- ※花しゅうまいミトト ※ ストメニューです♪
- ※ツナのチャブチエ ※
- ※わかめスープ ※

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
409 kcal / 15.9g	560 kcal / 22.4g