

献立表

令和5年7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	15	土	せんべい	めん	ミートソーススパゲティ コンソメスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ トマト もやし にんじん コーン バナナ	カスタードワッフル 麦茶	カスタードワッフル
3	24	月	ステーキ ビスケット	ごはん	さばごま味噌焼き 大根の煮物 すまし汁	さば ごま 豚肉 だいこん にんじん ごぼう いんげん わかめ 長ねぎ しいたけ	揚げパン 牛乳	ロールパン グラニュー糖
4	18	火	せんべい	ごはん	鶏肉の漬け焼き 春雨サラダ なめこのみそ汁	鶏肉 春雨 きゅうり もやし ハム コーン ごま なめこ えのき 長ねぎ	ころころポテトフライ 牛乳	じゃがいも 青のり
5	19	水	チーズ	パン	ラタトゥイユ マカロニサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 なす トマト 玉ねぎ ピーマン 大豆 マカロニ にんじん きゅうり コーン ツナ マヨネーズ バナナ	しらすと塩昆布の おにぎり 麦茶	米 塩昆布 しらす ごま
6	21	木 金	ビスケット	ごはん	肉じゃが ほうれん草なめ茸和え みそ汁	豚肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ しらたき ほうれん草 なめ茸 豆腐 長ねぎ	チーズサブレ 牛乳	小麦粉 バター チーズ
7	金	クラッカー	ごはん	ハンバーグ キャベツサラダ 七夕そうめんスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 卵 キャベツ きゅうり コーン そうめん おくら 長ねぎ	短冊パイ 牛乳	パイ生地 ココア	
8	22	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 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ グリーンピース わかめ オレンジ	マシュマロサンド 麦茶	クラッカー マシュマロ
10	31	月	ステーキ ビスケット	ごはん	あじ磯辺焼き コールスローサラダ みそ汁	あじ 青のり キャベツ きゅうり にんじん コーン ハム マヨネーズ だいこん 油あげ	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし にんじん ピーマン
11	25	火	チーズ	ごはん	鶏肉照り焼き 小松菜煮浸し どさんこ汁	鶏肉 小松菜 にんじん えのき 油あげ 豚肉 もやし 長ねぎ コーン	いも餅 牛乳	じゃが芋
12	26	水	せんべい	ごはん	ブルコギ風 ツナのチャプチェ チンゲン菜のスープ	豚肉 玉ねぎ にんじん たら ツナ 春雨 きゅうり パプリカ ごま チンゲン菜 長ねぎ	きな粉トースト 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
13	27	木	ビスケット	ごはん	麻婆豆腐 もやしの中華サラダ わかめスープ	豆腐 豚肉 長ねぎ にんじん しいたけ もやし きゅうり コーン ごま わかめ 玉ねぎ	りんごゼリー せんべい 牛乳	アガー りんご りんごジュース せんべい
14	28	金	クラッカー	ごはん	キーマカレー 大根サラダ フルーツ 牛乳	豚肉 鶏肉 にんじん 玉ねぎ 大豆 トマト だいこん にんじん きゅうり ツナ マヨネーズ ごま オレンジ	おふラスク 麦茶	ふ バター
29	土	せんべい	めん	けんちんうどん パンブキンフライ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん ごぼう 玉ねぎ 長ねぎ かぼちゃ じゃが芋 バナナ	ジャムサンド 麦茶	食パン ジャム	
20	木	クラッカー	 お誕生日会メニュー 	ピーマン 鶏肉 長ねぎ キャベツ きゅうり にんじん コーン ごま マヨネーズ わかめ たら えのき	チーズケーキ 牛乳	クリームチーズ 卵 ビスケット バター		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ピーマンごはん
- ✿油淋鶏
- ✿キャベツのごまマヨサラダ
- ✿中華スープ

※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
424kcal / 16.5g	541kcal / 21.4g