

献立表

令和4年 3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	火	リッツ	わかめ ごはん	ハムカツ 焼き肉サラダ コンソメスープ	ハム パン粉 豚肉 もやし きゅうり にんじん キャベツ コーン わかめ	スラッピースヨー 牛乳	ロールパン 豚肉 にんじん 玉ねぎ トマト
2	16	水	ビスケット	ごはん	すき焼き煮 キャベツのおかか和え みそ汁 (じゃがいも えの き)	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん しいたけ 青梗菜 キャベツ きゅうり かつお節 じゃがいも えのき	マドレーヌ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 バター 牛乳
3	木	チーズ	ちらし 寿司	つくねの照り焼き 菜の花のツナ和え すまし汁 (花麩 三つ葉)	鶏肉 玉ねぎ 豆腐 たけのこ 菜の花 ほうれん草 もやし ツナ にんじん 花麩 三つ葉	桜もち風 牛乳	もち米 あんこ	
4	17	金 木	せんべい	ごはん	ポークカレー★ ブロッコリーとチーズのサラダ☆ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも ブロッコリー コーン ハム チーズ フルーツ	紅茶クッキー★ 麦茶	小麦粉 バター 卵 紅茶
5	19	土	リッツ	麺	鶏南蛮うどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 にんじん 長ねぎ ごぼう 玉ねぎ じゃがいも 青のり オレンジ	5日 きな粉トースト 19日 菓子パン 麦茶	5日 食パン きな粉 19日 菓子パン
7	22	月 火	スティック ビスケット	ごはん	鯖の西京焼き☆ 切干大根の煮物 のっぺい汁	鯖 みそ 切干大根 にんじん 油揚げ いんげん 鶏肉 大根 ごぼう 里芋 長ねぎ	和風スパゲティ★ 牛乳	スパゲティ しめじ ハム ほうれん草 バター にんにく
8	23	火 水	リッツ	パン	コーンクリームシチュー★ 和風ツナサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃがいも コーン にんじん 玉ねぎ キャベツ ツナ きゅうり かつお節 フルーツ	じゃこのりおにぎり 麦茶	米 しらす 青のり
9	24	水 木	せんべい	ごはん	麻婆豆腐★ パンサンスー わかめスープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ 春雨 卵 きゅうり にんじん ハム わかめ 玉ねぎ	ビスケットサンド 牛乳	ビスケット レーズン クリームチーズ
11	25	金	ビスケット	ごはん	カレー肉じゃが★ いんげんのごま和え★ みそ汁 (豆腐 なめこ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 カレー粉 いんげん にんじん ごま 豆腐 なめこ	ヨーグルト/せんべい 麦茶	ヨーグルト せんべい
12	26	土	せんべい	麺	ミートソーススパゲティ ポトフスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん 玉ねぎ トマト にんにく じゃがいも パナナ	12日おほかおにぎり 26日 菓子パン 麦茶	12日 米 かつお節 26日 菓子パン
14	28	月	スティック ビスケット	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き★ 鶏肉と根菜の煮物 みそ汁 (大根 油揚げ)	鮭 コーン マヨネーズ 鶏肉 れんこん たけのこ にんじん 里芋 ごぼう 大根 油揚げ	メロンラスク 牛乳	食パン バター ホットケーキ粉
30	水	ビスケット	ごはん	チンジャオロース★ スパゲティサラダ 中華スープ	豚肉 ピーマン たけのこ にんじん スパゲティ きゅうり ハム 白菜 にら もやし	手作りピザ★ 牛乳	強力粉 チーズ コーン マヨネーズ	
31	木	せんべい	ごはん	ビビンバ丼 みそ汁 (じゃがいも わか め) フルーツ 牛乳	豚肉 にんにく しょうが ほうれん草 にんじん もやし ごま わかめ じゃがいも フルーツ	ココアサンド 麦茶	食パン ココア マーガリン	
18	金	チーズ	☆お楽しみ給食☆ わかめおにぎり 鮭おにぎり からあげ★ ウィンナー マカロニサラダ★ ペイザンヌスープ みかん		わかめ 鮭 鶏肉 ウインナー にんじん マカロニ きゅうり ハム コーン 大根 ほうれん草 玉ねぎ しいたけ	お楽しみケーキ 牛乳	おたのしみ	
29	火	チーズ	お弁当の日				たい焼き★ 麦茶	たい焼き
10	木	チーズ	 お誕生日会メニュー 		鶏肉 コーンフレーク にんにく 小松菜 ツナ コーン にんじん もやし 玉ねぎ ふりかけ	プリンタルト 牛乳	小麦粉 卵 牛乳 いちご 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ふりかけごはん☆
- ✿クリスピーチキン★
- ✿小松菜のツナサラダ
- ✿コンソメスープ

メニュー横の、★は、さくら保育園の「さく組」からの、

☆は、すみれ保育園の「なのはな組」からのリクエストです！

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
441kcal / 18.0g	526kcal / 22.1g