

献立表

平成29年 12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	15	金	野菜 ジュース	ごはん 肉じゃが いんげんのごま和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 いんげん ごま にんじん もやし 油揚げ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きな粉
2	16	土	せんべい	ごはん カレーピラフ 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ コーン グリーンピース カレー粉 オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
4	18	月	ビスケット	ごはん 鯖のみそ煮 れんこんのきんぴら にゅうめん汁	鯖 みそしょうが れんこん にんじん ごま そうめん 大根 長ねぎ	さつまいもケーキ 牛乳	小麦粉 さつまいも 卵 牛乳 バター ごま
5	19	火	リッツ	パン 大豆のチリコンカン シーザーサラダ 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 ビーマン キャベツ 大根 ベーコン 粉チーズ フルーツ	五平もち 麦茶	米 みそ 小麦粉 ごま
6	20	水	せんべい	ごはん 親子煮 ほうれん草の白和え みそ汁(じゃがいも わかめ)	鶏肉 卵 にんじん 玉ねぎ しいたけ グリーンピース ほうれん草 豆腐 ごま じゃがいも わかめ	ナポリタン 牛乳	スパゲティ ハム 人参 ビーマン 玉ねぎ
7	21	木	飲む ヨーグルト	ごはん 鶏肉の竜田揚げ かぼちゃのそぼろ煮 具だくさんみそ汁	鶏肉 しょうが かぼちゃ 里芋 長ねぎ にんじん 大根 豆腐	マーブル蒸しパン 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 ココア
8	22	金	野菜 ジュース	彩 ごはん ハンバーグ ミート ポテトサラダ マカロニスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 れんこん ミート じゃがいも きゅうり にんじん ブロッコリー ハム マカロニ コーン	いちごパイ 牛乳	パイシート いちご
9	26	木 火	7日 飲むヨーグルト 26日 ビスケット	ごはん ホイコーロー 春雨サラダ 卵スープ	豚肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ ビーマン もやし 春雨 ハム きゅうり 卵 長ねぎ	にんじんプリッツ 牛乳	小麦粉 粉チーズ にんじん パセリ
10	28	金 木	8日 野菜ジュース 28日 飲むヨーグルト	ごはん チキンカレー ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ じゃがいも キャベツ ツナ きゅうり コーン フルーツ	8日 さつまスティック 28日 菓子パン 麦茶	8日 さつまいも 塩 28日 菓子パン
11	9	土	ビスケット	麺 ミートソーススパゲティ キャベツスープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ ミートソース キャベツ にんじん コーン バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
12	11	25	月	チーズ わかめ ごはん さわらのピカタ スパゲティサラダ コンソメスープ	さわら 卵 パセリ スパゲティ きゅうり ハム にんじん 玉ねぎ コーン 青梗菜	スイートポテト 牛乳	さつまいも 卵 牛乳 生クリーム
13	13	27	水	せんべい ごはん すき焼き煮 大根の梅おかか和え みそ汁(小松菜 お麩)	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり 梅干し かつお節 小松菜 お麩	きな粉トースト 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
14	12	火	チーズ	お弁当の日		バター ポップコーン	乾燥コーン バター
15	14	木	飲む ヨーグルト	お誕生日会メニュー	豚肉 さつまいも 玉ねぎ 鮭 小松菜 ベーコン コーン にんじん しいたけ 大根 ほうれん草	スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンドパウダー

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

- ✿ 鮭ごはん
- ✿ さつまいもコロケ
- ✿ 小松菜とベーコンのソテー
- ✿ 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
436kcal / 15.0g	560kcal / 20.2g