献立表

平成２７年　８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	13	土／木	ビスケット	ごはん	ポークカレー フルーツ　ゼリー　牛乳	豚肉　人参　じゃが芋 玉ねぎ バナナ	ドーナツ 麦茶	ドーナツ
3	24	月	野菜ｼﾞｭｰｽ	ごはん	鯖の西京焼き 切干大根 みそ汁（えのき　じゃが芋）	鯖 味噌　切干大根　人参 いんげん　油揚げ えのき　じゃが芋	お麩ラスク 牛乳	お麩 バター
4	25	火	せんべい	パン	キャベツとウインナーのトマト煮 マカロニサラダ フルーツ　牛乳	キャベツ　ウインナー　じゃが芋 玉ねぎ　人参　マカロニ　きゅうり ハム　コーン　オレンジ	五平もち 麦茶	米　味噌
5	19	水	ビスケット	ごはん	親子煮 ブロッコリーのツナ和え みそ汁（お麩　なす）	鶏肉　卵　人参　椎茸　玉ねぎ ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ　ブロッコリー　ツナ お麩　なす	ジャムクッキー 牛乳	小麦粉 ﾊﾞﾀｰ いちごジャム
6	27	木	飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ	ごはん	ハヤシライス ツナのチャプチェ フルーツ　牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ　じゃが芋 春雨　ツナ　椎茸　きゅうり バナナ	ポテトサンド 麦茶	食パン　じゃが芋 コーン
7	21	金	チーズ	ごはん	ひじき入りつくね ほうれん草の胡麻和え みそ汁（にら　卵）	鶏肉 ひじき れんこん　豆腐 ほうれん草　胡麻 にら　卵	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ コーンフレーク
8	14	土／金	せんべい	麺	ミートソーススパゲティ わかめスープ チーズ　牛乳	スパゲティ　ミートソース わかめ　玉ねぎ	レモンパイ 麦茶	レモンパイ
10	15	月／土	リッツ	ごはん	麻婆丼 人参スープ フルーツ　牛乳	豆腐　豚肉 人参　ねぎ 椎茸　コーン　バナナ	ビスケットサンド 麦茶	ビスケットサンド
11	22	火／土	ビスケット	ごはん	おかかチャーハン みそ汁（油揚げ　豆腐） ふかし芋　牛乳	鶏肉　人参　かつお節　玉ねぎ ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ　油揚げ　豆腐　じゃが芋	ワッフル 麦茶	ワッフル
12	29	水／土	チーズ	麺	冷やしうどん フルーツ　チーズ　牛乳	干しうどん ハム　ほうれん草 きゅうり　もやし　オレンジ	スティックパン 麦茶	スティックパン
17	31	月	野菜ｼﾞｭｰｽ	ごはん	さわらの南蛮ソースがけ コールスローサラダ アルファベットスープ	さわら　トマト　玉ねぎ　ピーマン キャベツ　ハム マカロニ　人参　コーン	きなこ団子 牛乳	上新粉　白玉粉 きなこ
18	28	火／金	せんべい	ごはん	豚肉のスタミナ炒め ナムル みそ汁（お麩　わかめ）	豚肉　人参　玉ねぎ　にら　ねぎ にんにく　もやし　きゅうり キャベツ　お麩　わかめ	きつねうどん 牛乳	干しうどん　油揚げ
	26	水	ビスケット	ごはん	チンジャオロース チャイナサラダ 中華スープ	豚肉　筍　ピーマン　人参 もやし　きゅうり　ハム 卵　わかめ　ねぎ	セサミスコーン 牛乳	ﾎｯﾄｹｰｷ粉 胡麻 バター　卵
20		木	飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ	お誕生日会メニュー		鶏肉　チーズ　ミニトマト じゃが芋　コーン　ちくわ 人参　玉ねぎ　ベーコン	マドレーヌ 牛乳	ﾎｯﾄｹｰｷ粉 ﾚｰｽﾞﾝ 牛乳　卵

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

★ロールパン

★鶏肉のチーズ揚げ　ﾐﾆﾄﾏﾄ

※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

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
４０６ｋｃａｌ ／ １４．１ｇ	５４６ｋｃａｌ ／ １９．９ｇ