

献立表

令和4年 1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
4	火	せんべい	麵	けんちんうどん しゅうまい フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 にんじん ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ しゅうまい フルーツ 牛乳	クリームパン 麦茶	クリームパン
5	19 水	リッツ	ごはん	鶏肉の香味焼き キャベツのおかか和え みそ汁 (豆腐 なめこ)	鶏肉 長ねぎ にんにく しょうが キャベツ にんじん きゅうり かつお節 豆腐 なめこ	ピザパイロール 牛乳	パイシート チーズ ベーコン
6	20 木	ビスケット	パン	ハッシュドポーク マカロニサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ じゃがいも えのき しめじ マカロニ にんじん きゅうり コーン ハム フルーツ	6日 七草おにぎり 20日 五平もち 麦茶	6日 米 七草 鮭 20日 米 みそ ごま
7	21 金	チーズ	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 (じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ 白滝 ほうれん草 にんじん ごま じゃがいも えのき	カスタードプリン せんべい 麦茶	卵 牛乳 パンアイス せんべい
8	22 土	せんべい	ごはん	ミートソーススパゲティ ポトフスープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ トマト じゃがいも にんじん フルーツ	8日 メロンパン 22日 きな粉トースト 麦茶	8日 メロンパン 22日 食パン きな粉 マーガリン
11	24 火 月	スティック ビスケット	ごはん	カレイのコンソメ煮 鶏肉と根菜の煮物 みそ汁 (白菜 油揚げ)	カレイ にんじん 玉ねぎ 鶏肉 れんこん たけのこ ごぼう さといも 白菜 油揚げ	クロックムッシュ 牛乳	食パン チーズ 卵 ハム 牛乳
12	26 水	リッツ	ごはん	松風焼き 切干大根のサラダ にゅうめん汁	鶏肉 豆腐 玉ねぎ ごま 切干大根 キャベツ きゅうり ツナ そうめん 大根 長ねぎ にんじん	にんじんケーキ 牛乳	小麦粉 卵 牛乳 にんじん
13	27 木	せんべい	ごはん	肉団子の酢豚 ツナのチャプチェ わかめスープ	豚肉 玉ねぎ にんじん たけのこ ピーマン しいたけ ツナ 春雨 ごま きゅうり にんにく わかめ 長ねぎ	みたらしだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐
14	28 金	ビスケット	ごはん	ポークカレー チーズとコーンのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ きゅうり チーズ コーン フルーツ	キャラメル ポップコーン 麦茶	ポップコーンの種 バター 牛乳
15	29 土	リッツ	麵	肉汁うどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 豚肉 にんじん ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ じゃがいも フルーツ 牛乳	15日 ツナトースト 29日 菓子パン 麦茶	15日 食パン ツナ マヨネーズ チーズ 29日 菓子パン
17	31 月	スティック ビスケット	ごはん	鯖のごまだれ焼き ひじきの煎り煮 みそ汁 (小松菜 お麩)	鯖 ごま ひじき にんじん 大豆 ちくわ いんげん れんこん 小松菜 お麩	焼きそば 牛乳	中華麵 豚肉 もやし にんじん キャベツ
18	火	せんべい	ごはん	豚カツ 大根のサラダ ビーフンスープ	豚肉 パン粉 大根 きゅうり にんじん ごま ビーフン 長ねぎ 白菜 なら	ヨーグルトスコーン 牛乳	ホットケーキ粉 ヨーグルト バター
25	火	チーズ	お弁当の日			きな粉揚げパン 麦茶	ロールパン きな粉 グラニュー糖
13	木	せんべい	 お誕生日会メニュー 	鶏肉 玉ねぎ マカロニ チーズ ブロッコリー にんじん コーン 大根 キャベツ もやし	紅白まんじゅう 牛乳	小麦粉 あんこ ベーキングパウダー	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ ロールパン
- ✿ マカロニグラタン
- ✿ ブロッコリーサラダ
- ✿ 野菜たっぷりスープ

※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
444kcal / 18.1g	516kcal / 21.9g