

献立表

令和3年 4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	木	リッツ	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草のなめ茸和え みそ汁(じゃがいも わかめ)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ しいたけ 白滝 ほうれん草 なめ茸 じゃがいも わかめ	あんまん 牛乳	小麦粉 強力粉 あんこ こま
2	16 金	チーズ	ごはん	鶏肉のごま照り焼き チャイナサラダ ワンタンスープ	鶏肉 ごま しょうが にんにく もやし きゅうり ハム コーン ワンタンの皮 小松菜 にんじん	ヨーグルト/せんべい 麦茶	ヨーグルト せんべい
3	17 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 チーズ 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	3日アップルデニッシュ 17日ジャムバターサンド 麦茶	3日 アップルデニッシュ 17日 食パン ジャム バター
5	19 月	スティック ビスケット	ごはん	あじフライ 五目煮 みそ汁(小松菜 お麩)	あじ パン粉 鶏肉 大豆 さといも にんじん いんげん 小松菜 お麩	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし キャベツ にんじん
6	20 火	リッツ	ごはん	麻婆豆腐 ツナのチャプチェ 白菜の中華スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ ツナ 春雨 にんじん きゅうり ごま 白菜 玉ねぎ たら	ほうれん草と甘納豆の スティックケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 ほうれん草 甘納豆 卵 牛乳
7	21 水	せんべい	ごはん	ハンバーグ ちりめんサラダ コンソメスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ 春キャベツ きゅうり しらす コーン にんじん もやし	ココアメロンラスク 牛乳	食パン ココア ホットケーキ粉
8	30 木 金	8日 チーズ 30日 ビスケット	ごはん	親子煮 いんげんのごま和え みそ汁(大根 油揚げ)	鶏肉 卵 にんじん 玉ねぎ しいたけ グリルポーク いんげん ごま 大根 油揚げ	8日 かぼちゃ餅 30日マカロニあべかわ 牛乳	8日 かぼちゃ きな粉 30日 マカロニ きな粉
9	23 金	ビスケット	ごはん	ポークカレー ブロッコリーのツナサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ ブロッコリー ツナ コーン フルーツ	バターポップコーン 野菜ジュース	ポップコーンの種 バター 青のり
10	24 土	リッツ	麺	けんちんうどん 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 大根 じゃがいも 青のり オレンジ	10日今川焼き 24日プレーンクッキー 麦茶	10日 今川焼き 24日 小麦粉 卵 バター
12	26 月	スティック ビスケット	ごはん	カレイの煮つけ ひじきの煎り煮 豚汁	カレイ しょうが ひじき にんじん いんげん ちくわ れんこん 豚肉 大根 ごぼう 長ねぎ	シュガー揚げパン 牛乳	ロールパン グラニュー糖
13	27 火	リッツ	パン	ウインナーとキャベツのトマト煮 スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー キャベツ にんじん 玉ねぎ じゃがいも トマト スパゲティ ハム きゅうり フルーツ	おかかおにぎり 麦茶	米 かつお節
14	28 水	せんべい	ごはん	カレー肉じゃが キャベツの塩昆布和え みそ汁(豆腐 なめこ)	豚肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ 白滝 キャベツ きゅうり 塩昆布 ごま 豆腐 なめこ	ピザパイロール 牛乳	パイシート チーズ ケチャップ ベーコン
22	木	チーズ				マシュマロパー 麦茶	マシュマロ コーンフレーク
15	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	豚肉 キャベツ 玉ねぎ たけのこ 油揚げ じゃがいも ベーコン しめじ マカロニ にんじん コーン	チーズケーキ ~いちご添え~ 牛乳	小麦粉 バター クリームチーズ 卵	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ たけのこごはん
- ✿ 春キャベツのメンチカツ
- ✿ ジャーマンポテト
- ✿ マカロニスープ

※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
432kcal / 15.9g	529kcal / 20.9g