

献立表

平成29年 11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	17	水 1日 リッツ 17日 野菜ジュース	ごはん	豚バラ大根 ほうれん草の磯辺和え けんちん汁	豚肉 しょうが 大根 白滝 ほうれん草 のり にんじん 長ねぎ ごぼう さといも 豆腐	1日 焼きそば 17日 お麩ラスク 牛乳	1日 中華麺 キャベツ 豚肉 にんじん もやし 17日 お麩 バター
4	土	せんべい	ごはん	ハヤシライス コンソメスープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 にんじん 玉ねぎ じゃがいも グリーンピース コーン オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
6	20	月	ビスケット	鮭のコーンマヨネーズ焼き 大根とツナの炒め物 マカロニスープ	鮭 コーン マヨネーズ 大根 ツナ にんじん のり マカロニ 玉ねぎ 青梗菜	スイートポテト 牛乳	さつまいも 卵 牛乳 バター 生クリーム
7	21	火	わかめ ごはん	五目卵焼き ブロッコリーのおかか和え みそ汁 (なめこ 豆腐)	卵 鶏肉 たけのこ にんじん 玉ねぎ グリーンピース ブロッコリー かつお節 なめこ 豆腐 わかめ	納豆トースト 牛乳	食パン 納豆 長ねぎ かつお節 チーズ のり
8	22	水	せんべい	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 にんじん 玉ねぎ じゃがいも キャベツ チーズ コーン きゅうり キウイフルーツ	アップルパイ 麦茶	餃子の皮 りんご バター
9	30	木	飲む ヨーグルト	鶏肉のから揚げ さつまいもサラダ キャベツスープ	鶏肉 にんにく しょうが さつまいも きゅうり レーズン ハム キャベツ にんじん コーン	みたらしだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐
10	24	金	野菜 ジュース	麻婆豆腐 チャイナサラダ 卵スープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ もやし きゅうり ハム 卵 ほうれん草	10日 焼きいも 24日 さつまスティック 牛乳	10日 さつまいも 24日 さつまいも 塩
11	25	土	ビスケット	五目うどん フルーツ チーズ 牛乳	干しうどん 鶏肉 にんじん 長ねぎ ほうれん草 ごぼう パナナ	きな粉サンド 麦茶	食パン きな粉 マーガリン
13	27	月	せんべい	さわらの照り焼き 高野豆腐のチャンプルー みそ汁 (大根 油揚げ)	さわら 高野豆腐 卵 にんじん 小松菜 しいたけ 大根 油揚げ	13日 さつまいも餅 27日 おにまんじゅ う 牛乳	13日 さつまいも 片 栗粉 27日 ホットケ ーキ粉 卵 さつまい も 牛乳
14	28	火	リッツ	ウインナー入りポトフ マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー 鶏肉 にんじん キャベツ じゃがいも マカロニ きゅうり ハム コーン パナナ	じゃこおにぎり 麦茶	米 しらす 青のり
15	29	水	チーズ	肉豆腐 キャベツの塩昆布和え みそ汁 (じゃが芋 わかめ)	豚肉 豆腐 にんじん 玉ねぎ たけのこ 大根 もやし ちんげん菜 キャベツ きゅうり 塩昆布 ごま じゃが芋 わかめ	さつまいもクッ キー 牛乳	小麦粉 さつまいも バター 卵 ごま
18	土	せんべい	ごはん	カレーピラフ サラダ スープ	鶏肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン 春雨 きゅうり ハム キャベツ ほうれん草 しいたけ 大根	菓子パン 麦茶	菓子パン
2	木	チーズ	お弁当の日			ココアサンド 麦茶	食パン ココア マーガリン
16	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 にんにく ほうれん草 もやし にんじん ミトマ さつまいも ごま ワンタンの皮 長ねぎ なら りんご	クレープ 牛乳	クレープの皮 みかん 生クリーム もも	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- \*ビビンバ丼 ミトマ
- \*大学いも
- \*ワンタンスープ
- \*りんご

※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
433kcal / 15.4g	556kcal / 20.8g