



献立表

令和 5 年 1 0 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	
2	23	月	ステック ビスケット	ごはん	あじの照り焼き 大根の煮物 みそ汁	あじ だいこん にんじん 鶏肉 いんげん 小松菜 ふ	フレンチトースト 牛乳	食パン 牛乳 卵
3	17	火	ビスケット	ごはん	麻婆豆腐 バンサンスー 中華スープ	豆腐 豚肉 長ねぎ にんじん しいたけ 春雨 きゅうり 卵 わかめ にら えのき	チーズサブレ 牛乳	小麦粉 チーズ バター 牛乳
4	/	水	せんべい	ごはん	ハヤシライス もやしのナムル チーズ 牛乳	豚肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ グリーンピース もやし きゅうり ごま チーズ	フルーチェ クラッカー 麦茶	フルーチェ 牛乳 クラッカー
5	19	木	チーズ	ごはん	鶏肉漬け焼き 五目煮 みそ汁	鶏肉 大豆 にんじん いんげん さと芋 豚肉 だいこん 油あげ	ドーナツ 牛乳	ドーナツ
6	20	金	クラッカー	ごはん	生姜焼き 小松菜のり和え もやしときのこのスープ	豚肉 玉ねぎ まいたけ 小松菜 にんじん のり もやし しいたけ えのき コーン	カレースナツ麩 牛乳	ふ マヨネーズ カレー粉 チーズ
7	21	土	せんべい	麺	鶏南蛮 ふかし芋 フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ じゃが芋 青のり オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
10	24	火	ビスケット	ごはん	ローストチキン 春雨ツナ和え コンソメスープ	鶏肉 マヨネーズ 春雨 ツナ パプリカ きゅうり キャベツ にんじん コーン	10日シュガーバター トースト 24日 ザクザクパイ 牛乳	10日 食パン バター 24日 パイ生地
11	27	水 金	せんべい	ごはん	ポークカレー フレンチサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン ハム オレンジ	黒ごまマカロニ 麦茶	マカロニ 黒ごま
12	/	木	チーズ	パン	ミートローフ スパゲティサラダ コンソメスープ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース 卵 豆乳 スパゲティ きゅうり ツナ マヨネーズ はくさい	おにぎり (鮭・塩昆布) 牛乳	米 鮭 塩昆布
13	25	金 水	クラッカー	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草なめ茸和え みそ汁	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん しらたき しいたけ ほうれん草 なめ茸 もやし わかめ	さつま芋ステック 牛乳	さつま芋
14	28	土	せんべい	麺	ミートソーススパゲティ ポトフスープ バナナ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん トマト じゃが芋 ブロッコリー バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
16	30	月	ステック ビスケット	ごはん	さばのカレー焼き 切干大根の煮物 みそ汁	さば カレー粉 切干大根 にんじん 油揚げ いんげん 豆腐 なめこ わかめ	16日 たい焼き 30日ナポリタン 牛乳	16日 たい焼き 30日スパゲティ 豚肉 玉ねぎ ピーマン
/	31	火	せんべい	パン	クリームシチュー かぼちゃサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ しめじ かぼちゃ きゅうり チーズ バナナ	ハロウィンおやつ 麦茶	おたのしみ
18	水	せんべい	お弁当の日				ココアプリン ビスケット 麦茶	牛乳 ココア ビスケット
26	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	豚肉 豆腐 キャベツ にら 長ねぎ だいこん にんじん きゅうり ワンタン ほうれん草		さつま芋モンブラン 牛乳	さつま芋 バター 薄力粉 卵 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✳ごはん
- ✳ぎょうざバーグ
- ✳大根のナムル
- ✳ワンタンスープ

※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
435 k c a l / 16.7 g	538 k c a l / 21.7 g