

献立表

平成30年 3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	22	木	飲む ヨーグルト	ごはん 親子煮 キャベツのおかか和え みそ汁(なめこ 豆腐)	鶏肉 卵 にんじん 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり かつお節 なめこ 豆腐	1日 お麩ラスク 22日 ごまクッキー 牛乳	1日 お麩 バター 22日 小麦粉 卵 バター 黒ごま
2	金	野菜 ジュース	ひな ごはん	鶏肉の照り焼き 菜の花和え お吸い物(飾り麩 三つ葉)	卵 枝豆 にんじん れんこん 油揚げ 鶏肉 菜の花 ほうれん草 コーン 飾り麩 三つ葉	ひなケーキ 牛乳	小麦粉 生クリーム 卵 バター いちご
3	17	土	ビスケット	ごはん カレーピラフ キャベツスープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 にんじん 玉ねぎ グリンピース カレー粉 キャベツ コーン オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
5	19	月	リッツ	ごはん 鮭のフレーク焼き* 大根とツナの炒め物 白菜のスープ	鮭 コーンフレーク マヨネーズ 大根 ツナ にんじん 焼きのり 白菜 コーン 玉ねぎ	和風スバゲティ* 牛乳	スバゲティ しめじ ほうれん草 ハム
6	20	火	せんべい	ごはん すき焼き煮 ほうれん草のなめ苺和え みそ汁(大根 わかめ)	豚肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ 白滝 にんじん ほうれん草 もやし なめ苺 大根 わかめ	ココアフレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 ココア
7	水	チーズ	わかめ ごはん	洋風厚焼き玉子 マカロニサラダ* 野菜スープ	卵 鶏肉 玉ねぎ グリンピース マカロニ きゅうり ハム にんじん コーン ちんげん菜 わかめ	肉まん 牛乳	小麦粉 豚肉 長ねぎ しいたけ たけのこ
9	23	金	野菜 ジュース	ごはん ポークカレー* ブロッコリーとチーズのサラダ* フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ ブロッコリー にんじん コーン チーズ ハム オレンジ	9日キャラメルポップコーン* 23日ケーキ 麦茶	9日 乾燥コーン バター 23日 ケーキ
10	31	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 ミートソース じゃがいも にんじん 玉ねぎ コーン パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
12	26	月	ビスケット	ごはん さわらの磯辺焼き* 筑前煮 みそ汁(小松菜 お麩)	さわら 青のり 鶏肉 たけのこ れんこん にんじん さつま揚げ さといも 小松菜 お麩	にんじんブリッツ* 牛乳	小麦粉 にんじん 粉チーズ サラダ油
13	火	せんべい	ごはん	チンジャオロース ツナのチャプチェ ワンタンスープ*	豚肉 ピーマン たけのこ にんじん ツナ 春雨 きゅうり にんにく ごま ワンタンの皮 長ねぎ もやし	みたらしだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆腐
14	28	水	リッツ	パン クリームシチュー* コールスローサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン ハム キウイフルーツ	おかかおにぎり* 麦茶	米 かつお節
15	29	木	飲む ヨーグルト	ごはん 肉じゃが* いんげんの胡麻和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 にんじん いんげん ごま もやし 油揚げ	マドレーヌ 牛乳	ホットケーキ粉 牛乳 バター 卵 レーズン
30	金	ビスケット	ごはん	ピピンバ丼* わかめスープ* フルーツ 牛乳	豚肉 にんにく しょうが ほうれん草 もやし にんじん ごま わかめ 玉ねぎ パナナ	バームクーヘン 麦茶	バームクーヘン
16	金	野菜 ジュース	☆おたのしみ給食☆ ナポリタン ジャムサンド ハンバーグ* ナゲット シーザーサラダ フライドポテト コーンスープ* パナナ/オレンジ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 ナゲット じゃがいも キャベツ 大根 にんじん コーン ベーコン スパゲティ 鶏肉 ピーマン 食パン ジャム パナナ/オレンジ	オレンジゼリー* せんべい 麦茶	オレンジジュース アガー みかん せんべい	
27	火	チーズ	お弁当の日			黒ごまサンド 麦茶	食パン 黒ごま マーガリン
8	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ たけのこ しゅうまいの皮 春雨 きゅうり もやし にんじん ハム 卵 長ねぎ ミトト 炊き込みご飯の素	スノーボール* 牛乳	小麦粉 バター アーモンドパウダー	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿炊き込みごはん*
- ✿花しゅうまい*
- ✿春雨サラダ* ミトト
- ✿卵スープ*

メニューの横の*は、
さく組さんの
リクエストメニュー
です♪

※都合により、多少献立を変更する事があります。

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
425kcal / 15.8g	541kcal / 21.4g