

献立表

平成24年 6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	金	チーズ	パン	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 じゃが芋 キャベツ 人参 マカロニ きゅうり コーン ハム マヨネーズ フルーツ 牛乳	バームクーヘン 牛乳	バームクーヘン
2	23土	野菜ジュース	ごはん	カレーピラフ 野菜スープ フルーツ・牛乳	ミックスパスタ 玉ねぎ カレー粉 鶏肉 玉ねぎ 人参 コーン フルーツ・牛乳	菓子パン 麦茶	菓子パン
4	18月	ビスケット	ごはん	白身魚の南蛮ソース ブロッコリーチーズ みそ汁(じゃが芋 玉ねぎ)	さわら 玉ねぎ 人参 ピーマン えのきだけ ブロッコリー コーン ハム チーズ じゃが芋 玉ねぎ	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖
5	19火	せんべい	ごはん	マーボー豆腐 シルバーサラダ 中華風スープ	木綿豆腐 豚肉 ねぎ 人参 干し椎茸 春雨 きゅうり 人参 ハム マヨネーズ 卵 きくらげ	チーズクッキー 牛乳	ホットケーキ粉 鶏 卵 牛乳 チーズ
6	20水	リッツ	ごはん	ツナ入り厚焼き玉子 じゃが芋甘辛煮 みそ汁(わかめ、麩)	人参 玉ねぎ ツナ 卵 じゃが芋 人参 わかめ 麩	仔ゴゼリーホイップ 牛乳	ゼリーの素 ホイップ
7	14木	飲む ヨーグルト	パン	クリームシチュー レーズンサラダ フルーツ・牛乳	じゃが芋 玉ねぎ 人参 鶏肉 ブロッコリー キャベツ レーズン みかん缶 ヨーグルト マヨネーズ フルーツ 牛乳	ミートソース 麦茶	スパゲティ ミートソース
8	22金	チーズ	ごはん	ハンバーグ 切干大根サラダ みそ汁(豆腐、わかめ)	ひき肉 玉ねぎ パン粉 卵 豆腐 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 かつ わかめ	ジャムチーズサン ド 牛乳	食パン ジャム クリームチーズ
9	土	せんべい	麺	焼きそば 野菜スープ フルーツ 牛乳	豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ コーン フルーツ 牛乳	菓子パン 麦茶	菓子パン
11	25月	ビスケット	ごはん	親子煮 ナムル みそ汁(玉ねぎ、油揚げ)	鶏肉 玉ねぎ 干し椎茸 卵 グリビーズ 人参 もやし きゅうり ハム 玉ねぎ 油揚げ	麦茶	ヨーグルト みかん もも パイナップル バナナ
12	26火	せんべい	ごはん	カレー肉じゃが おかかマヨネーズ みそ汁(わかめ、麩)	じゃが芋 玉ねぎ 豚肉 人参 カレー粉 グリビーズ キャベツ ブロッコリー かつ お節 マヨネーズ わかめ 麩	スコーン 牛乳	ホットケーキ粉 鶏 卵 牛乳
13	27水	リッツ	ごはん	五目煮 ほうれん草ゴママヨ和え みそ汁(じゃが芋、玉ねぎ)	大豆 人参 里芋 いんげん 鶏肉 ほうれん草 ごま マヨネーズ ハム じゃが芋 玉ねぎ	ツナマヨ蒸しパン 牛乳	ホットケーキ粉 ツ ナ マヨネーズ
15	29金	チーズ	ごはん	チキンカレー ボイル野菜の即席漬け フルーツ 牛乳	じゃが芋 人参 玉ねぎ 鶏肉 カレー キャベツ きゅうり もやし ごま 赤シソ フルーツ 牛乳	鮭おにぎり 麦茶	米 鮭 白ごま 塩
16	30土	野菜ジュース	ごはん	炊き込みご飯 わかめスープ フルーツ 牛乳	炊き込みご飯の素 わかめ 豆腐 フルーツ 牛乳	ドーナツ 麦茶	ドーナツ
28	木	ビスケット	お弁当の日			バームクーヘン 麦茶	バームクーヘン
21	木	飲む ヨーグルト	お誕生日会メニュー		豚肉 玉ねぎ 人参 しらす グリビーズ かつお節 じゃが芋 ユニマト キャベツ きゅうり かつ マヨネーズ	フルーツ白玉 牛乳	白玉 みかん もも パイナップル 加ピス

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

★おかかチャーハン

★コーンコロッケ ミニトマト

※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
402kcal / 13.2g	520kcal / 18.1g