

# 献立表

平成27年 12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
11	火 金		ビスケット	ごはん 豚バラ大根 ほうれん草の磯辺和え みそ汁(じゃが芋 えのき)	豚肉 大根 人参 白滝 ほうれん草 のり じゃが芋 えのき	1日 お麩ラスク 11日 ゼリー/せんべい 牛乳	1日 お麩 バター 11日 ゼリー せんべい
2	水	せんべい	パン	ウインナーとキャベツのトマト煮 マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー じゃが芋 玉ねぎ キャベツ マカロニ 人参 ハム コーン きゅうり バナナ	おかかおにぎり 麦茶	米 かつお節
3	木	飲むヨーグルト	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 ツナのチャプチェ みそ汁(お麩 豆腐)	豚肉 厚揚げ じゃが芋 人参 玉ねぎ 青梗菜 春雨 きゅうり ツナ 豆腐 お麩	納豆トースト 牛乳	食パン 納豆 チーズ 焼のり
4	金	野菜ジュース	ごはん	麻婆豆腐 ナムル 卵スープ	豚肉 筍 豆腐 長ねぎ 白菜 胡麻 人参 卵 わかめ	ドーナツ 牛乳	ドーナツ
5	土	リッツ	ごはん	ハヤシライス 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ コーン バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
7	月	チーズ	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き お豆サラダ 相性汁	鮭 コーン マヨネーズ 人参 きゅうり 枝豆 胡麻 ハム 玉ねぎ 牛乳	ナポリタン 牛乳	スパゲティ 人参 ハム ピーマン 玉ねぎ
8	火	ビスケット	ごはん	鶏肉の竜田揚げ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(大根 わかめ)	鶏肉 しょうが かぼちゃ 大根 わかめ	みたらし団子 牛乳	上新粉 白玉粉 豆腐
9	水 金	リッツ	ごはん	洋風厚焼き玉子 シーザーサラダ コンソメスープ	卵 鶏肉 じゃが芋 椎茸 大根 キャベツ 粉チーズ 人参 玉ねぎ コーン	スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンド粉 グラニュー糖
12	土	せんべい	麺	けんちんうどん フルーツ チーズ 牛乳	干しうどん 鶏肉 人参 ごぼう 油揚げ 里芋 ねぎ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
14	月	野菜ジュース	ごはん	さわらの西京焼き 切干大根 みそ汁(白菜 油揚げ)	さわら 味噌 切干大根 人参 いんげん 油揚げ 白菜	14日 もちもちパ ン 28日 ワッフル 牛乳	14日 ホットケーキ粉 牛乳 粉チーズ 白玉粉 28日 ワッフル
24	木	飲むヨーグルト	ごはん	クリスマスカレー ブロッコリーとチーズのサ ラダ コーンクリーム スープ	豚肉 人参 じゃが芋 グリンピース ブロッコリー チーズ ハム コーン 玉ねぎ	クリスマスケーキ 牛乳	パンケーキ いちご 生クリーム
15	火	チーズ	お弁当の日			バームクーヘン	バームクーヘン
10	木	飲むヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	炊き込みご飯の素 豚肉 筍 玉ねぎ 餃子の皮 ブロッコリー ツナ 人参 春雨 なら ミニトマト	フルーツサンド 牛乳	ロールパン バナナ 生クリーム 桃 みか ん	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- \*炊き込みご飯
- \*花しゅうまい ミトマト
- \*ブロッコリーのツナ和え
- \*春雨スープ

※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
406 kcal / 14.3g	563 kcal / 20.6g