

献立表

平成27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	
2	16	月	ビスケット	ごはん	さわらの味噌マヨネーズ焼き 切干大根のサラダ みそ汁(お麩 小松菜)	さわら チーズ 味噌 切干大根 きゅうり ツナ 人参 お麩 小松菜	かりかりトースト 牛乳	食パン チーズ ベーコン
4	18	水	せんべい	ごはん	肉じゃが ころころ納豆和え みそ汁(なめこ 豆腐)	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 納豆 きゅうり 大根 豆腐 なめこ	ごまスティック 牛乳	ホットケーキ粉 牛乳 きな粉 胡麻
5	20	木 5日 飲むヨーグルト 20日 野菜ジュース	金	ごはん	ドライカレー フレンチサラダ ワンタンスープ	鶏肉 人参 玉ねぎ キャベツ ハム ワンタンの皮 コーン	5日 ココア蒸しパン 20日 ヨーグルト/せんべい 牛乳	5日 ホットケーキ粉 ココア 卵 牛乳 20日 ヨーグルト/せんべい
7	21	土	ビスケット	麺	ミートスパゲティ 野菜スープ フルーツ チーズ 牛乳	スパゲティ ミートソース キャベツ 人参 玉ねぎ コーン オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
9	30	月	リッツ	ごはん	鯖の磯辺焼き 大根とツナの炒め物 みそ汁(わかめ 玉ねぎ)	鯖 青のり 大根 ツナ 人参 わかめ 玉ねぎ	9日 焼きいも 30日 大学芋 牛乳	9日 さつま芋 30日 さつま芋 黒ゴマ
10	24	火	チーズ	ごはん	回鍋肉 春雨サラダ 卵スープ	豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン 春雨 きゅうり ハム 卵 ねぎ	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし
11	25	水	ビスケット	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(もやし 油揚げ)	豚肉 豆腐 人参 白滝 玉ねぎ ほうれん草 胡麻 もやし 油揚げ	スイートポテト 牛乳	さつまいも 卵 牛乳 バター
12	26	木	飲む ヨーグルト	パン	きのこシチュー ブロッコリーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 えのき しめじ ブロッコリー ハム りんご	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ
13	27	金	野菜 ジュース	ごはん	ハンバーグ さつまいもサラダ コンソメスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 さつま芋 きゅうり ハム レーズン コーン 人参 キャベツ	ワッフル 牛乳	ワッフル
14	28	土	せんべい	ごはん	ビビンバ丼 みそ汁(わかめ じゃが芋) フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 もやし ほうれん草 人参 じゃが芋 わかめ パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
17	火	リッツ	ごはん	鶏肉とさつま芋の照りマヨ炒め もやしのナムル 中華スープ	鶏肉 さつま芋 ピーマン もやし きゅうり 胡麻 にら 人参 ねぎ	ウインナーパン 牛乳	ホットケーキ粉 ウインナー ヨーグルト	
6	金	チーズ	お弁当の日			薄皮クリームパン	薄皮クリームパン	
19	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 さつま芋 玉ねぎ ほうれん草 ベーコン えのき 人参 キャベツ コーン トマト	りんごパイ 牛乳	餃子の皮 りんご さつま芋 バター		

※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。

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ★ごはん
- ★さつまいもコロケ ミトマ
- ★ほうれん草とベーコンのソテー
- ★ミネストローネ

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
414 kcal / 15.4g	565 kcal / 21.9g