

献立表

平成27年 5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	金	リッツ	ごはん	鯉のぼりハンバーグ ミニトマト シルバーサラダ 春野菜味噌汁	豚肉 玉ねぎ 人参 ミニトマト 春雨 きゅうり 人参 ㊄ コーン キャベツ ベーコン さやえんどう	1日 たいやき 22日 ドーナツ 牛乳	ミニたいやき
2	23	土	せんべい	麺	スパゲティミートソース 人参スープ チーズ 牛乳 フルーツ	スパゲティ ミートソース 人参 玉ねぎ チーズ バナナ 牛乳	菓子パン 麦茶	菓子パン
7	28	木	飲む ヨーグルト	ごはん	ジャーマンオムレツ 和風ツナサラダ 味噌汁(油揚げ 小松菜)	卵 じゃが芋 玉ねぎ ㊄ キャベツ きゅうり ツナ コーン かつお節 油揚げ 小松菜	焼きそば 牛乳	中華麺 キャベツ 豚肉 人参 もやし
8	20	金 水	チーズ	ごはん	チキンカレー ヨーグルトサラダ フルーツ 牛乳	じゃが芋 玉ねぎ 鶏肉 人参 ㊄粉 きゅうり キャベツ みかん缶 ヨーグル ト オレンジ 牛乳	8日 サブレ 22日 ココアゼリー 麦茶	サブレ ゼラチン ココア
9	土	リッツ	麺	五目うどん フルーツ 牛乳 チーズ	干しうどん 鶏肉 ほうれん草 人参 ねぎ なた ㊄粉 牛乳 バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン	
11	25	月	ビスケット	ごはん	鯉のぼり ひじき煮 味噌汁(じゃが芋 お麩)	鯉 ヨーグルト ひじき 人参 いんげん ちくわ れんこん じゃが芋 お麩	もちもちパン 牛乳	ホットケーキ粉 白玉粉 牛乳 チーズ
12	26	火	野菜ジュース	パン	大豆のチリコンカン わかめとコーンのサラダ フルーツ 牛乳	大豆 豚肉 玉ねぎ 人参 トマト わかめ コーン キウイ 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	米 かつおぶし
13	27	水	チーズ	ごはん	春キャベツと豚肉のカレー炒め ポテトサラダ 味噌汁(かぶ 玉ねぎ)	キャベツ 豚肉 人参 もやし コーン じゃが芋 きゅうり ㊄ かぶ 玉ねぎ	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト みかん もも バナナ
14	木	飲む ヨーグルト	ごはん	酢鶏 春雨サラダ 卵スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 筍 ピーマン 干し椎茸 パイナップル きゅうり もやし 春雨 ㊄ コーン 卵 ねぎ	ごまだれポテト 牛乳	じゃが芋 ごま	
15	29	金	リッツ	ごはん	八宝菜 ブロッコリーのマヨチーズ焼き フルーツ 牛乳	豚肉 人参 筍 玉ねぎ しいたけ 白菜 ブロッコリー チーズ オレンジ 牛乳	ジャムサンド 麦茶	食パン ジャム
16	30	土	野菜ジュース	ごはん	豚丼 味噌汁(じゃがいも わかめ) フルーツ チーズ 牛乳	豚肉 玉ねぎ もやし いんげん豆 じゃが芋 わかめ バナナ 牛乳 チーズ	菓子パン 麦茶	菓子パン
18	月	ビスケット	ごはん	白身魚のムニエル ほうれん草の海苔酢和え みそ汁(豆腐 玉ねぎ)	白身魚 コーン トマトケチャップ ほうれん草 もやし ツナ のり 豆腐 玉ねぎ	きなこトースト 牛乳	食パン マーガリン きなこ	
19	火	せんべい	お弁当の日				クッキー 麦茶	クッキー
21	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	わかめ キャベツ ひき肉 マカロニ 人参 きゅうり コーン ㊄ ベーコン かぶ	バナナケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 バナナ 牛乳 卵 バター		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

※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。

★わかめごはん

★春キャベツのメンチカツ

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
404 kcal / 13.2g	505 kcal / 18.0g