

献立表

令和4年 11月

社会福祉法人 白桜会

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	火	せんべい	ごはん	ポークチャップ さつまいもサラダ 中華スープ	豚肉 玉ねぎ にんじん しめじ さつまいも きゅうり ハム もやし 豆腐 長ねぎ なら	プレーンクッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター
2	16	水	ビスケット	ごはん	豚バラ大根 ほうれん草の納豆和え みそ汁 (わかめ 豆腐)	豚肉 大根 にんじん 白滝 しょうが ほうれん草 納豆 かつお節 わかめ 豆腐	チーズ蒸しパン 牛乳	ホットケーキ粉 卵 チーズ 牛乳
4	24	金 木	リッツ	ごはん	鶏肉の香味焼き もやしの中華サラダ みそ汁 (小松菜 お麩)	鶏肉 にんにく しょうが もやし きゅうり コーン ごま 小松菜 お麩	4日 ゼリー/せんべい 24日 スイートポテト 牛乳	4日 ゼリー/せんべい 24日 さつまいも 牛乳 バター 生クリーム
5	19	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 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん 玉ねぎ トマト じゃがいも バナナ	5日 シュガーロール 19日 ジャムサンド 麦茶	5日 シュガーロール 19日 食パン ジャム
7	21	月	スティック ビスケット	ごはん	鯖の西京焼き 切干大根の煮物 のっぺい汁	鯖 みそ 切干大根 にんじん 大豆 油揚げ いんげん 里芋 鶏肉 大根 長ねぎ	そばろおにぎり 野菜ジュース	米 鶏肉
9	30	水	リッツ	ごはん	すき焼き煮 キャベツのおかか和え みそ汁 (じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 白滝 しいたけ キャベツ きゅうり かつお節 じゃがいも えのき	さつまいも餅 牛乳	さつまいも 片栗粉
11	金	チーズ	★秋祭りメニュー★ わかめごはん からあげ ポテトフライ ミニトマト マカロニサラダ 巨峰ゼリー	鶏肉 しょうが にんにく じゃがいも マカロニ きゅうり ツナ コーン にんじん ミニトマト わかめ ゼリー	焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし キャベツ にんじん		
25	金	チーズ	ごはん	キーマカレー ブロッコリーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ トマト 大豆 ブロッコリー コーン ハム キウイフルーツ	お麩ラスク 麦茶	お麩 バター グラニュー糖	
12	26	土	せんべい	麺	鶏南蛮うどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 ごぼう にんじん 長ねぎ 玉ねぎ さつまいも オレンジ	12日 菓子パン 26日 鮭おにぎり 麦茶	12日 菓子パン 26日 米 鮭 ごま
14	28	月	スティック ビスケット	ごはん	さわらの照り焼き 筑前煮 みそ汁 (大根 油揚げ)	さわら 鶏肉 さつま揚げ たけのこ れんこん にんじん 里芋 大根 油揚げ	シュガーバター トースト 牛乳	食パン バター グラニュー糖
15	火	せんべい	ごはん	ハンバーグ コールスローサラダ コンソメスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 キャベツ きゅうり コーン ハム にんじん もやし	たい焼き 牛乳	たい焼き	
17	29	木 火	チーズ	パン	鶏肉のトマト煮込み スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃがいも キャベツ 玉ねぎ スパゲティ にんじん きゅうり ハム オレンジ	おかかおにぎり 麦茶	米 かつお節
18	金	リッツ	ごはん	麻婆豆腐 ツナのチャプチェ わかめスープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ ツナ 春雨 きゅうり にんじん ごま わかめ 玉ねぎ	ゼリー/せんべい 牛乳	ゼリー せんべい	
8	火	せんべい	お弁当の日			ココアサンド 麦茶	食パン ココア バター	
10	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ さつまいも 春雨 ハム きゅうり コーン にんじん キャベツ	小倉ホイップサンド 牛乳	ロールパン あんこ 生クリーム		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- \*ごはん
- \*さつまいもコロケ
- \*シルバーサラダ
- \*コンソメスープ

※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
428kcal / 17.2g	520kcal / 21.7g