

献立表

令和 5 年 3 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	15	水	せんべい	ごはん	生姜焼き ほうれん草のなめ茸和え★ みそ汁 (じゃがいも わかめ)	豚肉 玉ねぎ にんじん ほうれん草 なめ茸 じゃが芋 わかめ	おふラスク 牛乳	麩 バター きな粉
2	23	木	リッツ	パン	クリームシチュー★ ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ しめじ キャベツ ツナ きゅうり コーン マヨネーズ フルーツ	焼きおにぎり★ 麦茶	米 かつお節
3	/	金	チーズ ちらし 寿司	鶏肉の照り焼き 菜の花ごまマヨネーズ和え すまし汁 (花麩 三つ葉)	にんじん たけのこ れんこん しいたけ かんぴょう 鶏肉 菜の花 ほうれん草 もやし コーン ごま マヨネーズ 花麩 三つ葉 豆腐	三色だんご (みたらし) ★ 牛乳	上新粉 白玉粉 豆腐 ほうれん草	
4	18	土	せんべい	麺	ナポリタン コンソメスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン チンゲン菜 コーン フルーツ	ジャムサンド 麦茶	食パン ジャム
6	20	月	ステック ビスケット	ごはん	さば西京焼き★ 筑前煮 塩ちゃんこ汁	さば 鶏肉 れんこん たけのこ にんじん さつま揚げ さと芋 もやし 豆腐 ねぎ 大根	ぼうしパン 牛乳	ロールパン 卵 小麦粉 マーガリン ココア
7	/	火	ビスケット	ごはん	すき焼き煮 いんげんツナマヨサラダ みそ汁 (じゃが芋 えのき)	豚肉 玉ねぎ にんじん 豆腐 しらたき しいたけ いんげん ツナ マヨネーズ じゃが芋 えのき チンゲン菜	フルーチェ★ /せんべい 牛乳	フルーチェ 牛乳 せんべい
8	22	水	せんべい	ごはん	麻婆豆腐★ 春雨サラダ 中華スープ (白菜 わかめ)	豆腐 豚肉 ねぎ にんじん しいたけ 春雨 きゅうり ハム もやし コーン ごま 白菜 わかめ	しらすのうずまきパイ 牛乳	パイシート しらす 青のり チーズ マヨネーズ
10	24	金	チーズ	ごはん	ポークカレー★ ちりめんサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ しらす 白菜 きゅうり コーン フルーツ	みかんゼリー★ /リッツ 麦茶	オレンジジュース みかん缶 アガー リッツ
11	25	土	せんべい	麺	けんちんうどん ふかし芋 フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん ごぼう 玉ねぎ 長ねぎ じゃが芋 青のり フルーツ	シュガートースト 麦茶	レーズンパン バター
13	27	月	ステック ビスケット	ごはん	さわらの梅しょうゆ焼き★ 切干大根の煮物 どさんこ汁	さわら 梅干し 切干大根 にんじん 油あげ 大豆 いんげん 豚肉 長ねぎ コーン もやし	焼きそば★ 牛乳	中華麺 豚肉 キャベツ にんじん もやし
14	29	火 水	ビスケット	ごはん	ホイコーロー★ ツナのチャプチェ わかめスープ★	豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし にんじん ピーマン ツナ 春雨 きゅうり ごま わかめ 長ねぎ	バナナスコーン★ 牛乳	バナナ バター ホットケーキ粉 牛乳
16	30	木	リッツ	ごはん	松風焼き スパゲティサラダ★ 小松菜のスープ	鶏肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 卵 ごま スパゲティ きゅうり ハム マヨネーズ 小松菜 玉ねぎ しめじ コーン	16日焼きドーナツ★ 30日フレンチトースト 牛乳	16日 焼きドーナツ (ココア) 30日 食パン 牛乳 卵
17	/	金	チーズ	☆お楽しみ給食☆ わかめおにぎり★ 鮭おにぎり から揚げ★☆ ウインナー フレンチサラダ 小うどん★ みかん	わかめ 鮭 鶏肉 ウインナー キャベツ にんじん きゅうり コーン うどん 豚肉 大根 ごぼう 長ねぎ みかん	お楽しみケーキ 牛乳	おたのしみ	
/	31	金	せんべい	ごはん	二色丼 中華スープ フルーツ 牛乳	鶏肉 卵 豆腐 にんじん たら ねぎ バナナ	りんごケーキ 麦茶	ホットケーキ粉 卵 りんご バター
28	火	せんべい	お弁当の日				いも餅 麦茶	じゃが芋
9	木	リッツ	 お誕生日会メニュー 	鮭ふりかけ 豚肉 豆腐 玉ねぎ 卵 豆乳 ブロッコリー にんじん いんげん ハム コーン キャベツ パプリカ		フルーツサンド 牛乳	ステックパン バナナ みかん缶 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ふりかけごはん☆
- ✿ハンバーグ★
- ✿ブロッコリーサラダ☆
- ✿コンソメスープ★

メニュー横の、★は、さくら保育園の「きく組」からの、

☆は、すみれ保育園の「なのはな組」からのリクエストです♪

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
427kcal / 17.6g	542kcal / 22.7g