

献立表

令和3年 2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	15 月	せんべい	ごはん	鮭のコーンマヨネーズ焼き れんこんのきんぴら みそ汁(白菜 お麩)	鮭 コーン マヨネーズ れんこん にんじん いんげん ごま 白菜 お麩	肉まん 牛乳	小麦粉 強力粉 豚肉 たけのこ 長ねぎ しょうが
2	火	ビスケット	ごはん	いわしバーグ ミトマ スパゲティサラダ 節分汁	豚肉 いわし 豆腐 玉ねぎ スパゲティ にんじん きゅうり ハム 豚肉 大豆 長ねぎ 大根 ごぼう	恵方巻 フルーツロール 牛乳	食パン 生クリーム いちご パナナ
3	17 水	リッツ	ごはん	麻婆豆腐 バンサンスー わかめスープ	豚肉 豆腐 長ねぎ しいたけ 春雨 にんじん 卵 ハム きゅうり ごま わかめ 玉ねぎ	鶴茶んケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 牛乳 緑茶 あずき
4	18 木	飲む ヨーグルト	ごはん	バーベキューチキン 大根のツナサラダ キャベツスープ	鶏肉 にんにく ケチャップ 大根 ツナ きゅうり にんじん キャベツ コーン	しらすパイ 牛乳	パイシート しらす 青のり
5	19 金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも ブロッコリー コーン ハム チーズ フルーツ	豆花(トウファ) せんべい 麦茶	豆乳 アガー きな粉 黒蜜
6	20 土	せんべい	麺	けんちんうどん ふかしいも フルーツ 牛乳	干しうどん 鶏肉 にんじん ごぼう 長ねぎ じゃがいも 青のり フルーツ	6日 りんごデニッシュ 20日 シュガーロール 麦茶	6日 りんごデニッシュ 20日 シュガーロール
8	22 月	スティック ビスケット	ごはん	鯖の竜田揚げ ひじきとがんもの煮もの 豚汁	鯖 しょうが にんじん ひじき がんも いんげん れんこん 豚肉 大根 ごぼう 長ねぎ	ナポリタン 牛乳	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ ピーマン にんじん ケチャップ
9	火	チーズ	パン	チキンのトマトクリーム煮 マカロニサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん じゃがいも トマト 玉ねぎ 牛乳 マカロニ きゅうり コーン ハム フルーツ	肉みそおにぎり 麦茶	米 豚肉 みそ
10	24 水	リッツ	ごはん	すき焼き煮 いんげんのごま和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 しいたけ 玉ねぎ 白滝 いんげん ごま にんじん じゃがいも えのき	スノーボール 牛乳	小麦粉 バター アーモンドパウダー
12	金	野菜 ジュース	ごはん	ひれカツ 海藻サラダ コンソメスープ	豚肉 パン粉 キャベツ 海藻 枝豆 にんじん コーン 玉ねぎ	キャラメル ポップコーン ジョア	ポップコーンの種 バター 牛乳
16	火	ビスケット	ごはん	親子煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁(大根 油揚げ)	鶏肉 卵 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 にんじん 納豆 かつお節 大根 油揚げ	のりまきトースト 牛乳	食パン チーズ のり バター
27	土	リッツ	ごはん	そばろ丼 みそ汁(じゃがいも わかめ) フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが じゃがいも わかめ フルーツ	ミニメロンパン 麦茶	ミニメロンパン
26	金	チーズ	お弁当の日			ジャムバターサンド 麦茶	食パン ジャム バター
25	木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 豆腐 玉ねぎ トマト キャベツ ツナ きゅうり コーン マカロニ にんじん わかめ	ウーピーパイ 牛乳	小麦粉 ココア 卵 バター マシュマロ	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ わかめごはん
- ✿ 煮込みハンバーグ
- ✿ ツナコーンサラダ
- ✿ マカロニスープ

※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
445kcal / 16.8g	540kcal / 21.4g