

献立表

令和2年 12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	火	せんべい	ごはん	回鍋肉 ツナのチャブチェ ワンタンスープ	カレーうどん 牛乳	うどん 豚肉 玉ねぎ 長ねぎ にんじん カレールウ
2	16	水	リッツ	ごはん	親子煮 白菜の塩昆布和え みそ汁(大根 わかめ)	さつまいもケーキ 牛乳	小麦粉 バター ごま 卵 さつまいも 牛乳
3	22	木 火	飲む ヨーグルト	ごはん	ひれカツ マゼドアンサラダ キャベツスープ	手作りピザ 牛乳	強力粉 薄力粉 チーズ ピーマン 玉ねぎ ケチャップ
4	18	金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	パンナコッタ せんべい 麦茶	牛乳 生クリーム いちごジャム アガー
5	19	土	せんべい	麺	けんちんうどん ふかしいも フルーツ 牛乳	菓子パン 麦茶	菓子パン
7	21	月	リッツ	ごはん	鯖のみそ煮 高野豆腐のチャンプルー にゅうめん汁	紅茶クッキー 牛乳	小麦粉 卵 バター 紅茶
8		火	スティック ビスケット	パン	鶏肉のクリーム煮 フレンチサラダ フルーツ 牛乳	五平もち 麦茶	米 みそ ごま
9	23	水	ビスケット	ごはん	肉豆腐 ほうれん草のごま和え みそ汁(じゃがいも えのき)	9日 大学芋 23日 スイートポテト 牛乳	9日 さつまいも ごま 23日 さつまいも 牛乳 卵 生クリーム バター
11	25	金	野菜 ジュース	ごはん	油淋鶏 ミトト 大根のツナサラダ 卵スープ	さつまスティック ショア	さつまいも 塩
12	26	土	リッツ	麺	ミートソーススパゲティ ポトフスープ フルーツ チーズ 牛乳	12日 焼きおにぎり 26日 フレンチトースト 麦茶	12日 米 かつお節 26日 食パン 卵 牛乳
14		月	スティック ビスケット	ごはん	ぶりの照り焼き 筑前煮 みそ汁(小松菜 油揚げ)	ぼうしパン 牛乳	ロールパン 卵 小麦粉 マーガリン
24		木	飲む ヨーグルト	パン	ラザニア風 ブロッコリーサラダ コンソメスープ	となかいケーキ 牛乳	小麦粉 ココア 卵 バター プレッツェル
28		月	せんべい	ごはん	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ 牛乳	きな粉サンド 麦茶	食パン きな粉 マーガリン
10		木	チーズ	お弁当の日		小倉サンド 麦茶	食パン あんこ バター
17		木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ さつまいも ミトト マカロニ ハム にんじん きゅうり 大根 小松菜 ベーコン	フルーツケーキ 牛乳	スポンジ 生クリーム いちご ブルーベリー キウイフルーツ

◆◆お誕生日会献立◆◆

- ✿ふりかけごはん
- ✿さつまいもコロケ ミトト
- ✿マカロニサラダ
- ✿パイザンヌスープ

※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
427kcal / 15.0g	528kcal / 20.2g