

R8年1月 給食予定献立表 【未満児】

日	曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
5	月	せんべい 牛乳	青菜ごはん タラの野菜あんかけ さつま芋サラダ 味噌汁 パイント缶	ミニたい焼き 麦茶	牛乳・たら・チーズ・スキムミルク 味噌	ぼたぼた焼・米・小麦粉・油・砂糖 片栗粉・さつま芋・マヨネーズ たいやき	玉葱・人参・いんげん・大根・ほうれん草 パイント缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.9
6	火	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ すまし汁 オレンジ	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク	雪の宿・米・砂糖・じゃがいも マヨネーズ・ムース かき氷おせんべい	きゅうり・人参・小松菜・玉葱・オレンジ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
7	水	せんべい 牛乳	ハヤシライス ドレッシングサラダ チンゲン菜のスープ りんご缶	七草粥 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	ソフトサラダ・米・じゃがいも・油 はるさめ	玉葱・人参・しめじ・きゅうり・キャベツ チンゲン菜・もやし・りんご缶・大根・かぶ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.9
8	木	せんべい 牛乳	スパゲティ(ミートソース) イタリアンサラダ コンソメスープ バナナ	バウンドケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・チーズ・ハム・卵	ぼたぼた焼・スパゲティ・油・バター 小麦粉・砂糖・じゃがいも	人参・玉葱・しめじ プロッコリー・カリフラワー コーン・もやし・バナナ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.7
9	金	せんべい 牛乳	ごはん 親子煮 キャベツのゆかり和え 豆腐の味噌汁 みかん	マンナビスケット 麦茶	牛乳・鶏肉・卵・かまぼこ・豆腐	雪の宿・米・砂糖・マヨネーズ	玉葱・グリーンピース・キャベツ・もやし きゅうり・大根・わかめ・みかん	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.8
10	土	せんべい	煮込みうどん フルーツ缶	牛乳ケーキ	鶏肉	ソフトサラダ・うどん・牛乳ケーキ	玉葱・人参・いんげん・パイント缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
13	火	せんべい 牛乳	ごはん サワラの西京焼き 納豆和え すまし汁 パイント缶	バナナケーキ 麦茶	牛乳・さわら・味噌・納豆・かつお節 卵	ぼたぼた焼・米・砂糖 ホットケーキミックス・バター	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 わかめ・パイント缶・バナナ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
14	水	せんべい 牛乳	カレーライス コールスローサラダ 小松菜のスープ りんご	スイートポテト 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム 鶏卵	雪の宿・米・じゃがいも・油 マヨネーズ・砂糖・さつま芋・バター	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり・コーン 小松菜・もやし・りんご	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.8
15	木	せんべい 牛乳	肉野菜うどん(みそ味) ミートボール かぼちゃサラダ バナナ	チーズおかかごはん 麦茶	牛乳・鶏肉・油揚げ・味噌	ソフトサラダ・うどん・マヨネーズ・米 ミートボール・ハム・スキムミルク	ほうれん草・白菜・玉葱・人参・葱 かぼちゃ・きゅうり・バナナ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.4
16	金	せんべい 牛乳	ごはん 鶏のから揚げ シラスとキャベツの磯和え 味噌汁 みかん	ヨーグルト 麦茶	牛乳・鶏肉・しらす・味噌	ぼたぼた焼・米・片栗粉・油 スキムミルク・ヨーグルト	キャベツ・きゅうり・人参・もやし・青ねぎ 玉葱・小松菜・みかん	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.5
17	土	せんべい	チキンライス コンソメスープ	サッポロポテト	卵	雪の宿・米・油	ミックベジタブル・玉葱・ほうれん草 りんご缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.2
19	月	せんべい 牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ 味噌汁 りんご缶	パイントケーキ 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・油揚げ・味噌 卵	ソフトサラダ・米・マヨネーズ・砂糖 ホットケーキミックス・バター	切干大根・人参・いんげん・白菜 りんご缶・パイナップル	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
20	火	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き 野菜ソテー コンソメスープ オレンジ	南瓜ババロア 麦茶	牛乳・鶏肉・ベーコン	ぼたぼた焼・米・マヨネーズ コーンフレーク・油・パン	キャベツ・もやし・人参・玉葱・ビーマン ほうれん草・しいたけ・オレンジ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.5
21	水	せんべい りんごジュース	ごはん ハンバーグ クチャブソース ほうれん草とツナのサラダ コンソメスープ パイント缶	ちんすこう 牛乳	ツナ・牛乳	雪の宿・米・油・ごま・砂糖・小麦粉	りんご飲料・玉葱・ほうれん草・人参 わかめ・パイント缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.7
22	木	せんべい 牛乳	きつねうどん とりつくね プロッコリーのハムヨネーズ バナナ	揚げ玉ごはん 麦茶	牛乳・かまぼこ・油揚げ・とりつくね ハム・スキムミルク	ソフトサラダ・うどん・砂糖 マヨネーズ・米・天かす	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 プロッコリー・キャベツ・コーン バナナ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.8
23	金	せんべい 牛乳	ごはん 八宝菜 焼壳 中華スープ りんご	カステラドーナツ 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・卵・焼壳・豆腐	ぼたぼた焼・米・砂糖・油・ごま カステラドーナツ	白菜・もやし・人参・キャベツ・玉葱 小松菜・りんご	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
24	土	せんべい	焼きそば 中華スープ	カスタードケーキ	カイナ	雪の宿・蒸し鶏・油・かすりドーケ	キャベツ・人参・もやし・青ねぎ・玉葱 わかめ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.7
26	月	せんべい 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き 納豆サラダ 白菜の味噌汁 りんご缶	さつま芋蒸しパン 麦茶	牛乳・鮭・納豆・味噌・スキムミルク	ソフトサラダ・米・マヨネーズ さつま芋・小麦粉・砂糖	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・白菜 しいたけ・りんご缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.8
27	火	せんべい 牛乳	ごはん 鶏肉と野菜のみそ焼肉 マセドアンサラダ すまし汁 バナナ	ゼリーとウエハース 麦茶	牛乳・鶏肉・味噌・ハム スキムミルク	ぼたぼた焼・米・ごま油・じゃがいも マヨネーズ・鮭・砂糖・ウエハース	人参・ビーマン・玉葱・きゅうり ほうれん草・バナナ・りんご・ゼリー アガ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.7
28	水	せんべい 牛乳	三色丼 ごぼうサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	もみじまんじゅう 麦茶	牛乳・鶏肉・卵・ツナ・豆腐	雪の宿・米・砂糖・油 もみじまんじゅう	ほうれん草・ごぼう・人参・きゅうり コーン・もやし・玉葱・わかめ・オレンジ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.7
29	木	せんべい 牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・ツナ・鶏肉・竹輪・洋ナ	ソフトサラダ・パン・いちごジャム マヨネーズ・鮭・砂糖・白桃ムース	玉葱・ひじき・きゅうり・人参・もやし キャベツ・小松菜・パイント缶	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 2
30	金	せんべい 牛乳	ごはん 豚カツ キャベツの塩昆布和え 味噌汁 みかん	パウムクーヘン 麦茶	牛乳・かまぼこ・味噌・スキムミルク	ぼたぼた焼・米・油・ごま油 パウムクーヘン	キャベツ・きゅうり・人参・もやし・塩昆布 大根・しいたけ・なめこ・みかん	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.6
31	土	せんべい	ナポリタン コンソメスープ	たべっこどうぶつ	ウインナー	雪の宿・スパゲティー・油 たべっこどうぶつ	玉葱・ビーマン・わかめ	2365-(kcal) 食塩相当量(g) 1.5

都合により、内容を少々変更する場合があります。 オレンジ、みかんの時は1歳児はみかん缶になります。 (土) に、飲み物は付きません。

牛久さくら保育園