

R7年3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
1 土	ぼたぼた焼	焼きそば 中華スープ	牛乳ケーキ	鶏肉	ぼたぼた焼・中華麺・油 牛乳ケーキ	もやし・青のり・玉葱・わかめ	2484-(kcal) 366 食塩相当量(g) 1.9
3 月	ハッピーターン カルビス	ひな祭り お楽しみメニュー	ワッフル 牛乳	油揚げ・鶏糸卵・たら・牛乳	ハッピーターン・米・砂糖・ごま・麵 ワッフル	しいたけ・れんこん・人参・いんげん 小松菜・もやし・わかめ・玉葱・りんご缶	2484-(kcal) 450 食塩相当量(g) 1.7
4 火	ぼたぼた焼 牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 味噌汁 パイン缶	ゼリーとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 味噌	ぼたぼた焼・米・砂糖・じゃがいも マヨネーズ・雪の宿	きゅうり・人参・ほうれん草・しいたけ パイナップル・りんごジュース・アガー	2484-(kcal) 458 食塩相当量(g) 1.4
5 水	ばりんこ 牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨の和え物 中華スープ オレンジ	フレンチトースト 麦茶	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・かまぼこ 卵	ばりんこ・米・油・砂糖・片栗粉 はるさめ・ごま油・パン	玉葱・しいたけ・きゅうり・人参・もやし わかめ・オレンジ	2484-(kcal) 477 食塩相当量(g) 1.8
6 木	ばかうけ 牛乳	きつねうどん とりつくね ツナサラダ パナナ	塩昆布ごはん 麦茶	牛乳・かまぼこ・油揚げ・とりつくね ツナ	ばかうけ・うどん・砂糖・マヨネーズ 米・ごま	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 キャベツ・加7777・コーン・バナナ 塩昆布	2484-(kcal) 452 食塩相当量(g) 1.5
7 金	ソフトサラダ 牛乳	お別れ会 ぞう組リエストメニュー	ミニ今川焼(ｶｽﾀｰﾄﾞ) 麦茶	牛乳・さわら・納豆・かつお節	ソフトサラダ・米・片栗粉・油 ミニ今川焼	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・玉葱 しいたけ・りんご	2484-(kcal) 502 食塩相当量(g) 1.9
8 土	ぼたぼた焼	チャーハン 中華スープ	チョイスクッキー	卵	ぼたぼた焼・米・油・チョコレート ミックスベジタブル・葱・玉葱・わかめ	2484-(kcal) 351 食塩相当量(g) 1.1	
10 月	星たべよ 牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ キャベツの味噌汁 りんご缶	豆乳ゼリー 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・味噌・豆乳 きな粉	星たべよ・米・油・マヨネーズ・砂糖 きな粉	切干大根・人参・いんげん・キャベツ ほうれん草・りんご缶・アガー	2484-(kcal) 446 食塩相当量(g) 1.5
11 火	雪の宿 りんごジュース	ごはん 鶏肉の甘辛煮 シルバーサラダ すまし汁 オレンジ	パウムクーヘン 牛乳	鶏肉・ハム・牛乳	雪の宿・米・砂糖・はるさめ マヨネーズ・パルメザン	りんご飲料・人参・きゅうり・キャベツ 玉葱・しいたけ・オレンジ	2484-(kcal) 508 食塩相当量(g) 1.7
12 水	ハッピーターン 牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・竹輪 ｷｯﾌﾟ	ハッピーターン・米・じゃがいも・油 マヨネーズ・白桃ｽｰｽ	加7777・チンゲン菜 もやし・パイン缶	2484-(kcal) 502 食塩相当量(g) 1.8
13 木	ぼたぼた焼 牛乳	あんかけやきそば 切干大根と胡瓜の中華和え スープ パナナ	おかかごはん 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・ハム・豆腐 かつお節	ぼたぼた焼・中華麺・砂糖・片栗粉 ごま油・米	白菜・玉葱・しいたけ・もやし・人参 チンゲン菜・切干大根 きゅうり・わかめ・長ねぎ・バナナ	2484-(kcal) 462 食塩相当量(g) 1.7
14 金	ばりんこ 牛乳	ごはん コロッケ ひじきとツナのサラダ 具だくさん汁 オレンジ	クリームコロソ 麦茶	牛乳・ツナ・油揚げ・豆腐・味噌	ばりんこ・米・ポテトコロッケ・油 ごま・砂糖・ｸﾘｰﾑｺﾛソ	ひじき・きゅうり・人参・もやし・大根 ごぼう・長ねぎ・みかん	2484-(kcal) 441 食塩相当量(g) 1.5
15 土	ぼたぼた焼	ナポリタン コンソメスープ	ムーンライト	ハム	ぼたぼた焼・ﾊﾞｸﾞｴｯﾃｲ・油 ﾐｰﾝﾗｲﾄ	玉葱・ピーマン・わかめ	2484-(kcal) 421 食塩相当量(g) 1.6
17 月	ばかうけ 牛乳	ごはん 魚のしょうゆ漬け 納豆サラダ 味噌汁 りんご缶	マープルケーキ 麦茶	牛乳・さわら・納豆・味噌・卵	ばかうけ・米・小麦粉・砂糖・油 マヨネーズ・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・玉葱 キャベツ・りんご缶	2484-(kcal) 549 食塩相当量(g) 1.8
18 火	星たべよ 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 オレンジ	黒糖ケーキ 麦茶	牛乳・鶏肉・しらす・味噌	星たべよ・米・片栗粉・油・ごま 砂糖・ごま油・黒糖ケーキ	キャベツ・きゅうり・人参・もやし・きな粉 玉葱・ほうれん草・オレンジ	2484-(kcal) 466 食塩相当量(g) 1.6
19 水	雪の宿 牛乳	サンドイッチ(卵・ジャム) ウインナー カリフラワーのサラダ コンソメスープ パイン缶	ヨーグルト 麦茶	牛乳・卵・ウインナー 鶏肉・ヨーグルト	雪の宿・パン・いちごジャム マヨネーズ	ｷﾞﾌﾞﾝ・きゅうり・コーン・小松菜・玉葱 パイン缶	2484-(kcal) 430 食塩相当量(g) 1.8
21 金	ハッピーターン 牛乳	ごはん 鶏肉の生姜炒め さつま芋サラダ すまし汁 バナナ	たべっこどうぶつ 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク	ハッピーターン・米・片栗粉・さつま芋 マヨネーズ・たべっこどうぶつ	玉葱・きゅうり・人参・しいたけ・大根 バナナ	2484-(kcal) 529 食塩相当量(g) 1.8
22 土	ぼたぼた焼	煮込みうどん フルーツ缶	カスタードケーキ	鶏肉	ぼたぼた焼・うどん・ｶｽﾀｰﾄﾞﾈｰｽﾞ	玉葱・人参・いんげん・パイン缶	2484-(kcal) 345 食塩相当量(g) 1.3
24 月	ぼたぼた焼 牛乳	ごはん 鮭のチーズパン粉焼き ひじき炒め煮 味噌汁 パイン缶	キャロットケーキ 麦茶	牛乳・鮭・チーズ・油揚げ・味噌・卵	ぼたぼた焼・米・パン粉・油・砂糖 ホットケーキミックス・バター	ひじき・しいたけ・人参・いんげん キャベツ・もやし・パイン缶	2484-(kcal) 479 食塩相当量(g) 1.6
25 火	ばりんこ 牛乳	豚そぼろ丼 マセドアンサラダ 味噌汁 みかん缶	お蕎麦スナック 麦茶	牛乳・豚肉・ハム・スキムミルク 味噌	ばりんこ・米・砂糖・じゃがいも マヨネーズ・麵・バター	玉葱・ごぼう・人参・いんげん・きゅうり ほうれん草・しいたけ・みかん	2484-(kcal) 492 食塩相当量(g) 1.8
26 水	ばかうけ 牛乳	ごはん ローストチキン シーザーサラダ風 コンソメスープ りんご缶	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ベーコン・チーズ スキムミルク	ばかうけ・米・油・マヨネーズ ムース・星たべよ	玉葱・きゅうり・キャベツ・人参・りんご缶	2484-(kcal) 524 食塩相当量(g) 1.8
27 木	ソフトサラダ 牛乳	けんちんうどん ミートボール かぼちゃサラダ パナナ	青のりポテト 麦茶	牛乳・鶏肉・豆腐・ミートボール チーズ・スキムミルク	ソフトサラダ・うどん・ごま油 マヨネーズ・じゃがいも・油	ごぼう・人参・大根・白菜・玉葱・長ねぎ ほうれん草・南瓜・きゅうり・バナナ 青のり	2484-(kcal) 471 食塩相当量(g) 1.6
28 金	ハッピーターン 牛乳	カレーライス コールスローサラダ 小松菜のスープ オレンジ	ココナッツサブレ 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	ハッピーターン・米・じゃがいも・油 マヨネーズ・砂糖・ｺｺﾅｯﾂﾌﾞﾚ	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり・コーン 小松菜・もやし・オレンジ	2484-(kcal) 536 食塩相当量(g) 1.9
29 土	ぼたぼた焼	チキンライス コンソメスープ	カステラドーナツ	卵	ぼたぼた焼・米・油・カステラドーナツ	玉葱・ほうれん草	2484-(kcal) 364 食塩相当量(g) 1.5
31 月	ぼたぼた焼 牛乳	ごはん さわらの香り焼き 納豆サラダ すまし汁 りんご缶	チーズ入り蒸しパン 麦茶	牛乳・さわら・納豆・チーズ	ぼたぼた焼・米・ごま油・ごま マヨネーズ・小麦粉・砂糖	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 わかめ・りんご缶	2484-(kcal) 479 食塩相当量(g) 1.8

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歳児のみ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