



平成24年9月 幼児食献立表



シャローム三育保育園

日	午前のおやつ	昼 食					15時のおやつ	補食
		献立名・材料名						
3 (月)	牛乳 クラッカー	麦ご飯	タンドリーチキン 鶏もも肉 ヨーグルト	ブロッコリーとじゃが芋サラダ ブロッコリー じゃが芋 赤ピーマン	セロリのスープ セロリ 春雨 コーン	なし	牛乳 味噌蒸しパン	麦茶 混ぜご飯
4・18 (火)	牛乳 マンナ	雑穀米	さんまのきのこあんかけ さんま しめじ えのき 人参	いんげんのおかか和え いんげん	南瓜の味噌汁 南瓜 油揚げ	巨峰	牛乳 りんごゼリー	麦茶 焼きそば
5・19 (水)	牛乳 カルシウムせんべい	カレーうどん	ゆでうどん 鶏もも肉 玉葱 人参	もやしのナムル もやし きゅうり ツナ		バナナ	麦茶 五目ご飯	麦茶 ピラフ
6・20 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米	かじきマグロのトマトソース焼き かじき トマト チーズ	コールスローサラダ キャベツ 人参 コーン	きのこのスープ エリンギ しめじ 玉葱	なし	牛乳 マーブルクッキー	麦茶 おにぎり
7・21 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	麦ご飯	肉じゃが お肉 じゃが芋 人参 玉葱 白滝 グリルチーズ	小松菜の胡麻和え 小松菜	豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐 長葱 わかめ	巨峰	7日牛乳・じゃがバター 21日麦茶・おはぎ	麦茶 ツナトマト
8 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	魚の葱味噌焼き さば 長葱	大根のきんぴら 大根 人参 いんげん	お麩のすまし汁 お麩 えのき	バナナ	牛乳 スナックパン	
10・24 (月)	牛乳 クラッカー	雑穀米	鶏肉バター醤油炒め 鶏もも肉 赤ピーマン 黄色ピーマン しめじ	ひじきの煮物 ひじき 人参 高野豆腐 こんにゃくグリルチーズ	茄子の味噌汁 なす 厚揚げ	なし	10日麦茶・お月見団子 24日牛乳・南瓜クッキー	麦茶 混ぜご飯
11・25 (火)	牛乳 マンナ	麦ご飯	魚のタルタルソース 鮭 卵 玉葱 マヨネーズ	粉ふき芋 じゃが芋 パセリ	もやしの味噌汁 もやし ほうれん草 油揚げ	巨峰	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 焼きうどん
12 (水)	牛乳 カルシウムせんべい	食パン	コンフレークチキン 鶏もも肉 薄力粉 卵 コンフレーク	アスパラのソテー アスパラ リンケッツ マカロニ	ミルクスープ エリンギ 玉葱 牛乳 コーン	バナナ	麦茶 おにぎり・煮干し	麦茶
26 (水)			チキンカツ 鶏もも肉 小麦粉 卵 パン粉	パスタサラダ スパゲティ 胡瓜 コーン	オニオンスープ 玉葱 人参 ベーコン	柿	牛乳 お誕生日ケーキ	チャーハン
13・27 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米	さんまの塩焼き さんま	竹輪の和風サラダ 竹輪 小松菜 人参	かき玉味噌汁 卵 玉葱	なし	牛乳 きな粉トースト	麦茶 サンドイッチ
14・28 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	麦ご飯	鶏肉のマレーシア風煮込み 鶏もも肉 りんごジュース	大根サラダ 大根 胡瓜 ツナ	キャベツのスープ キャベツ 人参 コーン	巨峰	牛乳 スコーン	麦茶 おにぎり
1・15・29 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	鮭の照り焼き 鮭	キャベツとえのきの和え物 キャベツ えのき	さつま芋の味噌汁 さつま芋 ニラ	バナナ	牛乳 プチケーキ	

◎ 3歳以上児 エネルギー532kcal たんぱく質20.0g 脂質14.9g カルシウム240mg ビタミンA180μg ビタミンC18mg 食塩2g

*仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

