



平成24年10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						
15・29 (月)	牛乳 クラッカー	雑穀米	つくね焼き 鶏ひき肉 玉葱 ひじき 卵 パン粉	キャベツとしめじのソテー キャベツ しめじ 人参	大根味噌汁 大根 油あげ	なし	牛乳 さつま芋蒸しパン	麦茶 混ぜご飯
2・16 (火)	牛乳 マンナ	麦ご飯	鮭のマヨネーズ焼き 鮭 マヨネーズ 玉葱 パセリ	ポイルブロッコリー ブロッコリー	マカロニスープ マカロニ 人参 コーン	巨峰	牛乳 ハニートースト	麦茶 焼きそば
3・17 (水)	牛乳	きつねうどん ゆでうどん 油揚げ 人参 玉葱 小松菜		花シュウマイ 豚ひき肉 長葱 シュウマイの皮 グリンピース		バナナ	麦茶 ひじきおにぎり	麦茶
31 (水)	カルシウムせんべい	ロールパン	ミートローフ ひき肉 卵 パン粉 玉葱 グリンピース 人参	野菜添え ブロッコリー 人参	パンプキンスープ 南瓜 牛乳 玉葱	柿	麦茶 お楽しみ	ピラフ
4・18 (木)	牛乳 クラッカー	栗ごはん	鯖の塩焼き 鯖	大根のおかか和え 大根 人参 かつお節	えのきのすまし汁 えのき わかめ	なし	牛乳 バタークッキー	麦茶 おにぎり
5・19 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	麦ご飯	鶏のパン粉焼き 鶏肉 パン粉 粉チーズ	ポテトサラダ じゃが芋 人参 きゅうり	キャベツのスープ キャベツ コーン	巨峰	牛乳 磯ビーンズ	麦茶 おやつ
6・20 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	鮭の煮魚 鮭	もやしの和え物 もやし 人参	さつま芋の味噌汁 さつま芋 玉葱	バナナ	牛乳 スナックパン	
1・22 (月)	牛乳 クラッカー	麦ご飯	炒り鶏 鶏肉 大根 人参 ごぼう れんこん グリンピース	ほうれん草の磯和え ほうれん草 しめじ 焼きのり	なめこの味噌汁 なめこ 長葱	なし	牛乳 スイートポテト	麦茶 混ぜご飯
9・23 (火)	牛乳 マンナ	雑穀米	さんまの蒲焼き さんま 小麦粉	切干大根の煮物 切干大根 人参 グリンピース	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉葱	巨峰	牛乳 ピザトースト	麦茶 焼きうどん
10・24 (水)	牛乳 カルシウムせんべい	食パン	鶏肉のマーマレード焼き 鶏肉 マーマレード	ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 人参	ミルクスープ エリンギ 玉葱 コーン 牛乳	バナナ	麦茶 高菜と桜エビのおにぎり	麦茶 チャーハン
11・25 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米	鯖の味噌煮 鯖	キャベツの甘酢和え キャベツ 人参 きゅうり	お麩のすまし汁 お麩 えのき	なし	牛乳 人参クッキー	麦茶 おにぎり
12 (金)	牛乳	きのこカレー 精白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 えりんぎ しめじ		春雨サラダ 春雨 胡瓜 コーン		巨峰	牛乳 オレンジゼリー	麦茶 サンドイッチ
30 (火)	ベジタブルせんべい							
13・27 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	鯖の利休焼き 鯖 ごま	じゃが芋と厚揚げの煮物 じゃが芋 厚揚げ 人参	小松菜の味噌汁 小松菜	バナナ	牛乳 ミニパン	

◎ 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。

