

献立表

令和3年 11月

社会福祉法人 白桜会

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	月	スティック ビスケット	ごはん	鯖の竜田揚げ 高野豆腐の卵とじ みそ汁(じゃがいも わかめ)	鯖 しょうが 高野豆腐 卵 にんじん 玉ねぎ 小松菜 しいたけ じゃがいも わかめ	のりまきトースト 牛乳	食パン 焼きのり チーズ バター
2	16	火	せんべい	ごはん	ハンバーグ チーズとコーンのサラダ コンソメスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 キャベツ きゅうり チーズ コーン にんじん もやし	スイートポテト 牛乳	さつまいも バター 卵 牛乳
4	18	木	リッツ	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草のツナ和え みそ汁(大根 油揚げ)	豚肉 玉ねぎ 豆腐 しいたけ ほうれん草 にんじん ツナ 塩昆布 大根 油揚げ	スラッピージョー 牛乳	ロールパン 豚肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン トマト
5	19	金	ビスケット	ごはん	キーマカレー ブロッコリーサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン 大豆 トマト ブロッコリー コーン ハム フルーツ	抹茶と小豆の スティックケーキ 麦茶	ホットケーキ粉 卵 牛乳 抹茶 小豆
6	20	土	せんべい	麺	けんちんうどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 ごぼう にんじん 玉ねぎ 長ねぎ さつまいも フルーツ	6日 菓子パン 20日 鮭おにぎり 麦茶	6日 菓子パン 20日 米 鮭 ごま
8	22	月	スティック ビスケット	ごはん	カレイの煮つけ 炒り鶏 みそ汁(小松菜 お麩)	カレイ 長ねぎ しょうが 鶏肉 ごぼう にんじん れんこん 白滝 小松菜 お麩	クリームスパゲ ティ 牛乳	スパゲティ ベーコン ほうれん 草 しめじ 牛乳 バター
10	25	水 木	チーズ	パン	ウインナーのトマト煮 マカロニのツナサラダ フルーツ 牛乳	ウインナー じゃがいも 玉ねぎ トマト キャベツ マ カロニ ツナ コーン きゅうり にんじん フルーツ	おかかおにぎり 野菜ジュース	米 かつお節
13	27	土	リッツ	ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん じゃがいも 玉ねぎ グリルピーズ わかめ オレンジ	13日 菓子パン 27日 クッキー 麦茶	13日 菓子パン 27日 小麦粉 卵 バター
24	水	せんべい	ごはん	照り焼きチキン キャベツのゆかり和え ワンタンスープ	鶏肉 にんにく しょうが キャベツ ゆかり きゅうり にんじん ワンタンの皮 長ねぎ もやし	さつまいも餅 牛乳	さつまいも 片栗粉	
17	30	水 火	チーズ	ごはん	プルコギ風 バンサンスー わかめスープ	豚肉 玉ねぎ にら にんじん にんにく 卵 春雨 きゅうり ハム ごま わかめ 長ねぎ	マシュマロサンド 牛乳	マシュマロ リッツ
26	金	ビスケット	ごはん	親子煮 大根のサラダ みそ汁(なめこ 豆腐)	鶏肉 卵 玉ねぎ しいたけ グリルピーズ 大根 きゅうり かつお節 にんじん なめこ 豆腐	焼きいも 牛乳	さつまいも	
29	月	スティック ビスケット	ごはん	さわらのごまみそ焼き 切干大根の煮物 塩ちゃんこ汁	さわら ごま みそ 切干大根 にんじん いんげん 油揚げ 鶏肉 もやし 長ねぎ	フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳	
12	金	ビスケット	★秋祭りメニュー★ 焼きそば フランクフルト 鶏肉のから揚げ ポテトフライ 大根の浅漬け 枝豆	中華麺 豚肉 にんじん キャベツ もやし ウインナー 鶏肉 にんにく じゃがいも 大根 きゅうり 枝豆	たこ焼きシュー 麦茶	シュークリーム ココア 抹茶		
9	火	せんべい	お弁当の日			きな粉揚げパン 麦茶	きな粉揚げパン	
11	木	リッツ	 お誕生日会メニュー 	鶏肉 コーンフレーク ひじき 油揚げ キャベツ きゅうり ハム コーン マカロニ にんじん 玉ねぎ	焼き芋クッキー 牛乳	さつまいも バター 牛乳 紫いも		

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

※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

＊ひじきごはん

＊クリスピーチキン

＊コールスローサラダ

＊ABCスープ

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
434kcal / 17.2g	522kcal / 21.9g