

献立表

令和4年 5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
2	月	せんべい	ごはん	鯖の磯辺焼き 高野豆腐チャンプルー のっぺい汁	鯖 青のり 高野豆腐 卵 にんじん 小松菜 しいたけ 鶏肉 里芋 大根	かしわもち 牛乳	白玉粉 小麦粉 あんこ
6	20 金	ビスケット	ごはん	鶏肉の照り焼き もやしの中華サラダ みそ汁 (小松菜 お麩)	鶏肉 にんにく しょうが もやし きゅうり ハム コーン にんじん 小松菜 お麩	黒ごまクッキー 牛乳	小麦粉 ごま 卵 バター
7	21 土	せんべい	ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん グリビース わかめ バナナ	7日 メロンラスク 21日 菓子パン 麦茶	7日 食パン バター ホットケーキ粉 21日 菓子パン
9	23 月	スティック ビスケット	ごはん	さわらのレモン焼き 筑前煮 みそ汁 (大根 わかめ)	さわら レモン 鶏肉 さつま揚げ にんじん 里芋 れんこん 大根 わかめ	インディアン スパゲティ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン カレー粉
10	24 火	リッツ	ごはん	ミートローフ 和風ツナサラダ もやしスープ	鶏肉 玉ねぎ にんじん グリビース キャベツ きゅうり コーン ツナ かつお節 もやし	バナナスコーン 牛乳	小麦粉 バナナ バター 牛乳
11	25 水	せんべい	ごはん	すき焼き煮 ほうれん草の磯辺和え みそ汁 (じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ 白滝 ほうれん草 にんじん のり じゃがいも えのき	納豆トースト 牛乳	食パン 納豆 のり チーズ かつお節
13	27 金	ビスケット	ごはん	ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん ブロッコリー チーズ ハム フルーツ	キャラメル お麩ラスク 麦茶	お麩 バター 牛乳
14	28 土	せんべい	麺	肉汁うどん ポテトフライ フルーツ 牛乳	うどん 豚肉 にんじん ごぼう 玉ねぎ 長ねぎ じゃがいも 青のり オレンジ	14日 ぼうしパン 28日 鮭おにぎり 麦茶	14日 ロールパン 卵 マーガリン 28日 米 鮭 ごま
16	30 月	スティック ビスケット	ごはん	鮭のフレーク焼き 切干大根の煮物 豚汁	鮭 コーンフレーク 切干大根 にんじん 大豆 いんげん 豚肉 ごぼう 里芋 長ねぎ	ウイナーマフィン 牛乳	ホットケーキ粉 卵 ウイナー チーズ
17	31 火	リッツ	パン	ミートボールのケチャップ煮 マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ミートボール じゃがいも 玉ねぎ マカロニ きゅうり コーン ハム にんじん フルーツ	ねぎ塩豚おにぎり 麦茶	米 豚肉 ねぎ にんにく
18	水	せんべい	ごはん	豚カツ 海藻サラダ ポトフスープ	豚肉 パン粉 海藻シラス キャベツ 枝豆 コーン にんじん 玉ねぎ じゃがいも	八つ橋風 牛乳	白玉粉 上新粉 あんこ きな粉
19	木	チーズ	ごはん	豚肉のスタミナ炒め ツナのチャプチェ 中華スープ	豚肉 たら 玉ねぎ にんにく ツナ 春雨 きゅうり ごま にんじん もやし 長ねぎ 豆腐	ミルククリームパン 牛乳	ロールパン 練乳 バター
26	木	チーズ	お弁当の日			揚げパン 麦茶	揚げパン
12	木	チーズ	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ しいたけ たけのこ しゅうまいの皮 春雨 きゅうり ハム コーン にんじん 枝豆 大根	プリンアラモード 牛乳	卵 牛乳 キウイ バナナ 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿ 枝豆ごはん
- ✿ 花しゅうまい
- ✿ シルバーサラダ
- ✿ ペイザンヌスープ

※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。

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
436kcal / 17.1g	532kcal / 22.3g