

給食献立表



社会福祉法人 大谷会
安桜保育園

		献立	間食(手作りおやつ)		カロリー
			未満児	以上児	
1	日				
2	月	ご飯 栄養ひじき ごま和え 豆腐のかき卵汁	バナナ	ベジたべる 牛乳	436/535
3	火	麻婆カレー丼 春巻き 中華スープ ゼリー	ゼリー	せんべい アシド	548/570
4	水	ご飯 サバの煮付け ポテトサラダ ベーコンのスープ	オレンジ	♪麩のラスク ジョア	626/725
5	木	カレーライス フルーツポンチ ウインナー	ゼリー	こつぶっこ 乳酸菌	551/634
6	金	ソースカツ丼 トマトのスープ レタスのサラダ	ヨーグルト	星たべよ ジュース	575/616
7	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			
8	日				
9	月	ご飯 肉じゃが 小松菜の和え物 みそ汁	バナナ	かっぱえびせん ビタヨーグル	491/534
10	火	チキンライス コロッケ コーンスープ オレンジ	ミニゼリー	♪カップケーキ アシド	673/752
11	水	牛丼 竹輪の和え物 豆腐のみそ汁	ヨーグルト	ビスコ まめびよ	566/649
12	木	パン 牛乳 魚フライ ごぼうサラダ チキンスープ	オレンジ	たこ焼 ヤクルト	503/636
13	金	ビビンバ丼 しゅうまい わかめスープ	バナナ	ソフトせん ジュース	564/539
14	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			484/545
15	日				
16	月	ご飯 豚肉の炒め物 かぼちゃサラダ すまし汁	ゼリー	原宿ドック アシド	583/648
17	火	わかめご飯 大根の煮物 カニ風味サラダ チーズ	バナナ	♪ジャムサンド 牛乳	413/590
18	水	ミートスパゲッティー コンソメスープ いなり寿司	ゼリー	フライドポテト ジョア	456/517
19	木	パン 牛乳 鶏肉のレモン煮 マカロニサラダ スープ	ヨーグルト	♪バナナきな粉 ジュース	576/707
20	金	五目御飯 春雨サラダ かき卵汁 ヨーグルト	ゼリー	せんべい まめびよ	534/579
21	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			484/545
22	日				
23	月	ご飯 栄養きんぴら 野菜サラダ みそ汁	バナナ	ぼたぼた焼き 牛乳	450/553
24	火	ハンバーガー 牛乳 スパソテー じゃが芋の煮物	オレンジ	♪ケーキ ジュース	750/780
25	水	三色丼 焼きメンチカツ 豆腐のすまし汁	ゼリー	せんべい まめびよ	396/433
26	木	ご飯 さわらの西京焼き バンサンスー かき卵汁	ヨーグルト	プリンアラモード 牛乳	628/703
27	金	ウインナーピラフ わかめスープ ゆかり和え	バナナ	ミレーフライ ジョア	460/527
28	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			475/530
29	日				
30	月	ご飯 油淋鶏 小松菜の和え物 みそ汁	バナナ	パン フルーツ牛乳	715/795



スナック菓子はほどほどに！

メニューは都合により変更する事があります。

スナック菓子でお腹が満たされると、ご飯が食べれずに
栄養が偏ってしまいます。

子どもには、袋ごとではなく小分けして

大人が食べる量をコントロールしましょう。

