




平成30年 栗石保育園

日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		
				食塩相当量g	未満児					食塩相当量g	未満児	
1	木	千キンカレー 大根と水菜のサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	混ぜ込みごはん 牛乳	431 3.29	549 2.85	16	金	鶏肉と野菜のケチャップ炒め 千切りキャベツのサラダ カラフル野菜スープ 果物 麦茶	バナナ 牛乳	322 2.29	458 2.02	
2	金	中華風具だくさんミルク煮 スパゲッティサラダ 果物 麦茶	クラッカー ヨーグルト	419 2.30	524 1.98	17	土	卒園式 (当園ホールにて)				
3	土	親子煮 きゅうりとコーンの酢の物 人参と豆腐のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	386 2.66	519 2.33	19	月	鮭のマヨネーズ焼き 根菜さんびら しめじとわかめのすまし汁 果物 麦茶	シリアル 牛乳	376 1.87	496 1.66	
5	月	大豆の岩石揚げ なめだけ和え かぶと人参のみそ汁 果物 麦茶	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	466 1.88	559 1.65	20	火	お別れ会 (完全給食です。 お弁当はいりません。)	ケーキ 牛乳			
6	火	たらのんににく醤油がけ 野菜炒め 豆腐となめこのみそ汁 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	367 2.34	491 2.06	22	木	八宝菜 もやしとちくわの和え物 玉ねぎの卵スープ 果物 麦茶	せんべい ヨーグルト	328 2.60	448 2.20	
7	水	豚肉のしょうが焼き れんこんのマヨサラダ 厚揚げと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	わかめご飯 牛乳	478 2.00	582 1.78	23	金	ししゃもの磯部揚げ★ 切干大根煮 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	かまもち 牛乳	441 1.83	554 1.65	
8	木	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 エノキと卵のスープ 果物 麦茶	スイスロール 牛乳	492 2.15	579 1.89	24	土	キーマカレー 千切りキャベツのサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	378 2.70	495 2.35	
9	金	一口トンカツごま風味 付け合わせ まいたけと豆腐のみそ汁 果物 麦茶	ほっほ焼き 牛乳	393 1.94	521 1.74	26	月	豆腐ハンバーグ さつま芋サラダ ワンタンスープ 果物 麦茶	ビスケット りんごゼリー	340 2.29	493 2.03	
10	土	コーンシチュー グリーンサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	409 2.07	520 1.84	27	火	ナポリタンスパゲッティ レタスの和風サラダ コンソメスープ 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	346 1.71	477 1.55	
12	月	味噌ラーメン 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	387 1.73	510 1.57	28	水	さばのみそ煮 すき昆布の煮付け 花魁のすまし汁 果物 麦茶	豆乳ドーナツ 牛乳	422 2.26	538 1.99	
13	火	バイキング (当日のお楽しみ) 完全給食です。 お弁当はいりません。)	フルーツポンチ			29	木	ポテトコロッケ 付け合わせ けんちん汁 果物 麦茶	千キンライス 牛乳	429 2.78	544 2.36	
14	水	かじきの照り焼き 炒り豆腐 大根となめこのみそ汁 果物 麦茶	ちらし寿司 牛乳	394 2.45	516 2.15	30	金	マーボー豆腐 春雨サラダ わかめスープ 果物 麦茶	焼きうどん 牛乳	353 2.18	475 1.87	
15	木	♡青組リクエストメニュー♡				31	土	ポトフ 大根とじゃこのサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	366 2.11	503 1.89	
										平均	409 2.29	522 2.01



- ※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。
- ※ 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。
- ★ 3/23(金)未満児の主菜はたらの磯部揚げです。

