



平成29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	以上児							未満児	食塩相当量g
1	金	根菜カレー シーザーサラダ 千歳 福神漬け 果物 麦茶	混ぜ込み	ご飯	牛乳	425	544	15	金	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)					
2	土	ウィンナーのケチャップがけ レタスの和風サラダ わかめと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	パン		牛乳	513	522	16	土	野菜炒め フロッコリーの卵サラダ 豆腐と油揚げのみそ汁 果物 麦茶	パン			465	581
4	月	豆腐ハンバーグ ほうれん草の納豆和え ワンタンスープ 果物 麦茶	ほっほ	焼き	牛乳	380	510	18	月	棒々鶏 もやしときゅうりの中華和え 桜エビの中華スープ 果物 麦茶	豆乳ドーナツ			428	543
5	火	豚肉のピザ焼き 付け合わせ カラフル野菜スープ 果物 麦茶	クリーム	パン	牛乳	485	588	19	火	おでん わかめとツナのサラダ 果物 麦茶	チーズパン			447	545
6	水	かじきの照り焼き さつま芋サラダ もやしのみそスープ 果物 麦茶	シリアル		牛乳	369	495	20	水	豚肉と野菜のマヨネーズ焼き イタリアンサラダ オニオンスープ 果物 麦茶	バナナ			388	511
7	木	メンチカツ 千切りキャベツのサラダ けんちん汁 果物 麦茶	ビスケット		ヨーグルト	378	492	21	木	鯖のカレー奄田揚げ れんごんのマヨサラダ 大根と人参のみそ汁 果物 麦茶	いとこ煮			458	559
8	金	八宝菜 ハリハリ漬け しめじとわかめのすまし汁 果物 麦茶	うどん	かりんとう	牛乳	409	521	22	金	ミートソーススパゲッティ 冬野菜のスープ 果物 麦茶	クリスマスケーキ			488	581
9	土	親子煮 なめたけ和え 豆腐と人参のみそ汁 果物 麦茶	パン		牛乳	428	553	25	月	たらのにんにく醤油がけ ひじきの炒り煮 白菜と人参のみそ汁 果物 麦茶	ふかし芋			317	454
11	月	♡白組リクエストメニュー♡						26	火	ポテトグラタン 海藻サラダ コンソメスープ 果物 麦茶	豆パン			398	519
12	火	白菜の酢豚風 じゃが芋のごまサラダ わかめスープ 果物 麦茶	ジャム	サンド	牛乳	476	579	27	水	マーボー豆腐 春雨サラダ 大根となめこのみそ汁 果物 麦茶	ちらし寿司			366	493
13	水	ししゃもの磯部揚げ ★ 大根と厚揚げの煮物 キャベツと人参のみそ汁 果物 麦茶	チキン	ライス	牛乳	440	552	28	木	エビフライ ポテトサラダ エ/キと卵のスープ 果物 麦茶	せんべい ヨーグルト			334	453
14	木	きぬ丸豆腐あんかけ さんぴらごぼう 玉ねぎとエ/キのみそ汁 果物 麦茶	スイス	ロール	牛乳	455	565							418	530
													平均	2.30	2.00



- ※ 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。
- ※ 12/29~1/3は、年末年始休みとなります。
- ★ 12/13(木)未満児の主食は「たらの磯部揚げ」です。

