

# 平成31年3月 熊本市保育園給食献立表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日			
午前				【1か月平均栄養素量】		1 牛乳、せんべい	2 牛乳、ポーロ		
昼食				《未満児（主食込み）》 エネルギー 486kcal たんぱく質 18.7g 脂質 15.3g		《以上児（主食なし）》 エネルギー384kcal たんぱく質 18.3g 脂質 15.9g		飯 ひき肉とれんこんの和風焼き 白菜とコーンの豆乳スープ	飯 ホイコウロウ チンゲンサイのスープ
午後				牛乳 もものケーキ、ひなあられ		牛乳 おかかおにぎり			
午前	4 牛乳、ウエハース	5 牛乳、クラッカー	6 牛乳、ビスケット	7 牛乳、コーンフレーク	8 牛乳、せんべい	9 牛乳、クッキー			
昼食	飯、牛肉丼 カリフラワーの酢味噌和え りんご	飯、たまねぎみそ汁 魚のかば焼き風 小松菜の菜焼き	飯、ふみそ汁 牛肉と厚揚げのみぞれ煮 もやし炒め	人参飯、はるさめスープ 魚のマヨネーズ焼き りんご	飯、豆腐のみそ汁 タンドリーチキン ピクルス、いちご 	飯 ひじき丼 具たくさんスープ			
午後	牛乳 麩のラスク	牛乳 パール柑、チーズ	牛乳 しらすおにぎり	牛乳 ピザトースト	あったかかぼちゃスープ クラッカー	牛乳 オレンジ、ビスケット			
午前	11 牛乳、ポーロ	12 牛乳、ビスケット	13 牛乳、せんべい	14 牛乳、みかん缶	15 牛乳、ウエハース	16 牛乳、ビスケット			
昼食	飯 ハヤシライス フレンチ和え	飯、なすのみそ汁 魚の照り焼き りんごときゅうりのごま酢和え	飯、大根のスープ 厚揚げのミートソース 白菜のおかか和え	飯、じゃがいものみそ汁 魚のきのこソースかけ 小松菜のごま和え、バナナ	飯、白菜のみそ汁 ヒレカツ はるさめサラダ、いちご	飯 炒り豆腐 野菜スープ			
午後	牛乳 コーンパンケーキ	牛乳 小倉煮	牛乳 ココアちんすこう	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ヨーグルト（鉄強化） クラッカー	牛乳 バナナ、せんべい			
午前	18 牛乳、コーンフレーク	19 牛乳、クラッカー	20 牛乳、チーズ	21	22 牛乳、ビスケット	23 牛乳、ウエハース			
昼食	飯 中華丼 ひじきの炒り煮、バナナ	飯、たまねぎみそ汁 煮魚 納豆和え	飯、豆腐のみそ汁 肉じゃが もやしと豆苗のカレー炒め りんご			わかめ飯 けんちん汁 鶏レバー甘辛煮、バナナ	飯 豚肉と野菜の華風炒め たまねぎみそ汁		
午後	牛乳 ホットケーキ	牛乳 豆腐入り甘辛団子	乳酸菌飲料 れんこんチップ			牛乳 ぼたもち風	牛乳 ジャム入りケーキ		
午前	25 牛乳、ポーロ	26 牛乳、クラッカー	27 牛乳、ウエハース	28 牛乳、せんべい	29 牛乳、もも缶	30 牛乳、ビスケット			
昼食	飯 クリームシチュー 白菜の中華風サラダ	飯、もやしのみそ汁 魚のさくら焼き 切干し含め煮、バナナ	飯 ビーフカレーライス フルーツヨーグルト	飯、大根のみそ汁 揚げ魚のごま風味 かぼちゃの磯煮	飯、青菜のみそ汁 スパニッシュオムレツ わかめの煮物	飯 ごぼトン丼 豆腐のみそ汁			
午後	牛乳 はっさく、ビスケット	牛乳 もちもちチーズパン	牛乳 ざぜん豆	牛乳、りんごゼリー 鉄強化ウエハース	牛乳 メロンパン	牛乳 チーズ、かりんとう			

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります