

令和元年（2019年）11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	 <p>【1か月平均栄養素量】</p> <p>《未満児（主食込み）》 エネルギー：488kcal たんぱく質：18.5g 脂質：15.5g</p> <p>《以上児（主食なし）》 エネルギー：399kcal たんぱく質：18.4g 脂質：16.7g</p>				1	牛乳、せんべい	2	牛乳、ビスケット
昼食					飯、具たくさんスープ、厚揚げのミートソース、炒めきゅうり	飯、豚肉と野菜の華風炒め、豆腐と大根のみそ汁		
午後					牛乳、みかんゼリー、鉄強化ウエハース	牛乳、りんご、クッキー		
午前	4 振替休日	5 牛乳、クラッカー	6 牛乳、チーズ	7 牛乳、ウエハース	8 牛乳、せんべい	9 牛乳、ビスケット		
昼食	 飯、そばろにゃく丼、さつまいもサラダ、オレンジ	飯、ツナと豆腐の和風煮、ビーフン炒め、りんご	飯、トマトとじゃがいものスープ、れんこんとひじきの魚バーグ、納豆和え	飯、鶏レバー甘辛煮、春雨汁、バナナ	飯、きつね丼、豆腐としめじのみそ汁			
午後	牛乳、いりこクッキー	牛乳、ホットケーキ	牛乳、きな粉おにぎり	牛乳、お芋の天ぷら	牛乳、パイナップルケーキ			
午前	11 牛乳、ウエハース	12 牛乳、コーンフレーク	13 牛乳、ポーロ	14 牛乳、せんべい	15 牛乳、クラッカー	16 牛乳、ビスケット		
昼食	飯、ポークカレー、ピクルス	飯、野菜スープ、ムニエルトマトソース、白菜の菜焼き	飯、ふみそ汁、すき焼き風煮、きゅうりの酢物	飯、チンゲン菜のすまし汁、魚のみそ漬け焼き、ブロッコリーサラダ	飯、きのこのみそ汁、千草焼き、金平	飯、鶏じゃが、中華スープ		
午後	牛乳、柿、せんべい	牛乳、黒糖おやき	牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、シナモントースト	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、ビスケット	牛乳、バナナ、クッキー		
午前	18 牛乳、せんべい	19 牛乳、チーズ	20 牛乳、クラッカー	21 牛乳、ポーロ	22 牛乳、ビスケット	23		
昼食	飯、華風丼、かぼちゃの磯煮、りんご	飯、キャベツみそ汁、さばのソース煮、大根の中華風サラダ	飯、豆腐と白菜のすまし汁、豚肉の生姜焼き、じゃがいものおかか煮、みかん	飯、大根のスープ、魚のフライ・オーロラソース、じゃこの甘酢和え	飯、麩のすまし汁、鶏鍋照り焼き、もやしのカレー炒め			
午後	牛乳、小倉団子	牛乳、みそ蒸しパン	牛乳、わかめとチーズのおにぎり	牛乳、くずもち	牛乳、手作りミニグラタン			
午前	25 牛乳、クラッカー	26 牛乳、もも缶	27 牛乳、ウエハース	28 牛乳、チーズ	29 牛乳、ビスケット	30 牛乳、ポーロ		
昼食	飯、クリームシチュー、華風酢の物	飯、たまねぎみそ汁、魚の揚げ卸し煮、ほうれんそうの磯和え	飯、スーミータン、麻婆豆腐、柿なます	飯、キャベツすまし汁、魚の香味焼き、切干し含め煮、みかん	飯、豆腐と白菜のみそ汁、鶏肉のマーマレード煮、三色ナムル	飯、ひじき丼、ポトフ		
午後	牛乳、フルーツミックス	牛乳、さつま芋おにぎり	牛乳、豆乳プリン	牛乳、五平もち	牛乳、菓子パン	牛乳、ジャム入りケーキ		

※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