

令和2年（2020年）1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】 《未満児（主食込み）》 エネルギー：487kcal たんぱく質：18.6g 脂質：15.0g 《以上児（主食なし）》 エネルギー：399kcal たんぱく質：18.6g 脂質：16.2g		4	牛乳、ビスケット
昼食						飯 ひじき丼 ポトフ	
午後						牛乳、バナナ、かりんとう	
午前	6 牛乳、ポーロ	7 牛乳、クラッカー	8 牛乳、ビスケット	9 牛乳、チーズ	10 牛乳、せんべい	11 牛乳、ウエハース	
昼食	飯 ポークカレー 正月・紅白なます、りんご	飯 のっぺい汁 魚の照り焼き もやしのごま和え	飯 豆腐のみそ汁 松風焼き 青菜とコーンの磯和え	飯 野菜スープ ムニエルトマトソース じゃがいものおかか煮	飯 ふすまし汁 鶏肉の若草揚げ 切干しの中華サラダ	飯 豚肉と野菜の華風炒め だいこんと豆腐のみそ汁	
午後	あったかかぼちゃスープ、鉄強化ウエハース	牛乳、七草かゆ	牛乳、きんとん（りんご）	牛乳、グレープゼリー、クッキー	牛乳、ぜんざい	牛乳、オレンジ、クッキー	
午前	13 成人の日	14 牛乳、ウエハース	15 牛乳、ビスケット	16 牛乳、せんべい	17 牛乳、コーンフレーク	18 牛乳、ポーロ	
昼食		飯 豆乳シチュー ブロッコリーサラダ りんご	飯、白菜とえのきのすまし汁、ひじき入り厚焼き卵 カレービーフン炒め	飯 しめじとたまねぎのみそ汁 魚の香味焼き かぶのそぼろ煮	飯 豚レバーのケチャップからめ 具沢山スープ みかん	飯 麻婆丼 中華スープ	
午後		牛乳、赤飯おにぎり	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、クッキー	牛乳、おからドーナツ	牛乳、かりかりいりこ、クラッカー	牛乳、ホットケーキ	
午前	20 牛乳、クラッカー	21 牛乳、せんべい	22 牛乳、ウエハース	23 牛乳、ビスケット	24 牛乳、ポーロ	25 牛乳、せんべい	
昼食	飯 鶏ごぼう丼 ピクルス りんご	飯 わかめスープ 魚のクラッカー焼き 白菜のサラダ、みかん	飯 ふすまし汁 肉豆腐 マカロニサラダ	飯 さつま汁 ピカタ 和風和え	飯 肉団子スープ 厚揚げの炒め煮 みかん	飯 きつね丼 大根のみそ汁	
午後	牛乳、麦飯おにぎり	牛乳、マカロニあべ川	牛乳、ピザトースト（ツナ）	牛乳、フレーク和え	牛乳、ジャム入りケーキ	牛乳、バナナ、かりんとう	
午前	27 牛乳、ビスケット	28 牛乳、ポーロ	29 牛乳、チーズ	30 牛乳、クラッカー	31 牛乳、せんべい		
昼食	飯 ハヤシライス かぶとひじきのサラダ、みかん	飯 いわしのつみれ汁 納豆和え、バナナ	飯 きくらげのスープ ホィコウロウ 切干し含め煮	飯 キャベツすまし汁 魚のみそ漬け焼き さつま芋のサラダ	飯 もやしのみそ汁 鶏肉のマーマレード煮 白菜のじゃこ和え		
午後	牛乳、きな粉蒸しパン	牛乳、フレーククッキー	牛乳、フライドポテト	牛乳、中華かゆ	牛乳、菓子パン		

※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