

令和3年度（2021年度）熊本市立保育園給食献立



2022年3月分の献立

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|----|----------------------------|----------|---------------------------------|----------|--------------------------------------|------------|--|------------|--|----------|-------------------------|----------|
| 午前 | 3月 | | 1 | 牛乳、せんべい | 2 | 牛乳、ポーロ | 3 | 牛乳、コーンフレーク | 4 | 牛乳、クラッカー | 5 | 牛乳、ビスケット |
| 昼食 | | | 飯、豆腐すまし汁、魚のかば焼き風、フレンチ和え | | 飯、じゃがいもの中華スープ、ホイコウロウ、にらとしらすのナムル | | 飯、菜の花のすまし汁、鶏肉のさくら焼き、かぼちゃのそぼろ煮、いちご | | 飯、団子汁、カリフラワーの酢味噌和え、みかん | | 飯、きつね丼、白菜のみそ汁 | |
| 午後 | | | 牛乳、もちもちポテト | | 牛乳、煮豆 | | 牛乳、もものケーキ、ひなあられ | | 牛乳、黒糖蒸しパン | | 牛乳、ゆかりおにぎり | |
| 午前 | 7 | 牛乳、ウエハース | 8 | 牛乳、せんべい | 9 | 牛乳、コーンフレーク | 10 | 牛乳、みかん缶 | 11 | 牛乳、クラッカー | 12 | 牛乳、ビスケット |
| 昼食 | 飯、ポークビーンズカレー、キャベツの中華和え、バナナ | | 飯、里芋とたまねぎのみそ汁、魚のマヨネーズ焼き、小松菜の菜焼き | | 飯、豆腐のみそ汁、なすとパンネのミートグラタン、大根の和風サラダ | | 飯、にんじんとたまねぎのすまし汁、煮魚、菜の花和え | | 飯、豆腐と揚げのみそ汁、鶏肉のマーマレード煮、白菜のサラダ | | 飯、なべしぎ焼き、じゃがいものみそ汁 | |
| 午後 | 牛乳、りんごゼリー、カルシウム強化せんべい | | 牛乳、クッキー、はっさく | | 牛乳、ココアちんすこう | | 牛乳、おかかおにぎり | | 牛乳、さつま芋のごまかけ | | 牛乳、ホットケーキ | |
| 午前 | 14 | 牛乳、ウエハース | 15 | 牛乳、せんべい | 16 | 牛乳、ポーロ | 17 | 牛乳、コーンフレーク | 18 | 牛乳、クラッカー | 19 | 牛乳、ビスケット |
| 昼食 | 飯、クリームシチュー、じゃこ和え、りんご | | 飯、大根のみそ汁、米粉ムニエル、切干し含め煮、バナナ | | 飯、豆腐の柔らかか煮、ビーフン、みかん | | 飯、たまねぎのスープ、魚のタンドリー風、納豆和え | | 飯、白菜のみそ汁、貝だくさんオープン焼き、三色なます | | 飯、炒り豆腐、かぼちゃのみそ汁 | |
| 午後 | 牛乳、麩のラスク | | 牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、ビスケット | | あったかかぼちゃスープ、菓子パン | | 牛乳、かき揚げ | | 牛乳、バナナケーキ | | 牛乳、オレンジ、かりんとう | |
| 午前 | 21 | | 22 | 牛乳、せんべい | 23 | 牛乳、ポーロ | 24 | 牛乳、ウエハース | 25 | 牛乳、クラッカー | 26 | 牛乳、ビスケット |
| 昼食 | 春分の日 | | 飯、ひじき丼、はるさめサラダ、りんご | | 飯、わかめとたまねぎのスープ、鶏肉の唐揚げ、ほうれんそうの磯和え、みかん | | 飯、豆腐ときゃべつのみそ汁、魚の豆乳クリームソースかけ、もやしのナムル | | 飯、けんちん汁、鶏レバー甘辛煮、バナナ | | 飯、大根と豆腐のみそ汁、豚肉と野菜の華風炒め、 | |
| 午後 | | | 牛乳、もちもちチーズパン | | 牛乳、人参ケーキ | | 牛乳、小倉煮 | | 牛乳、きなこおにぎり | | 牛乳、ジャム入りケーキ | |
| 午前 | 28 | 牛乳、ポーロ | 29 | 牛乳、ビスケット | 30 | 牛乳、クラッカー | 31 | 牛乳、ビスケット | 【1か月平均栄養素量】 《未満児（主食込み）》 エネルギー 470 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 14.7 g 《以上児（主食なし）》 エネルギー 389 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 16.2 g | | | |
| 昼食 | 飯、ビーフカレーライス、フルーツヨーグルト、いちご | | 飯、もやしのみそ汁、魚のクラッカー焼き、青菜ときのこのごま和え | | 飯、しめじの中華スープ、中華炒め、里芋のおかか煮、みかん | | 飯、かぼちゃのみそ汁、高野豆腐の卵とし、ブロックリーごまドレッシング、バナナ | | | | | |
| 午後 | 牛乳、マカロニ黒みつけ | | 牛乳、五平餅 | | 牛乳、菓子パン | | 牛乳、豆乳ココアプリン | | | | | |

食育の日

※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