

平成27年度



給食予定献立表



広田保育園

2日(月)

3日(火)

4日(水)

5日(木)

6日(金)

7日(土)

未満児	豆乳・せんべい/ごはん	文化の日 	牛乳・せんべい/ごはん	ヨーグルト/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	豆腐のドライカレー チーズサラダ はんぺんスープ ぶどう		【七五三参り】 おにぎり弁当 (おにぎりを持たせて ください)	カニ玉 ジャーマンポテト もやしと油揚げの味噌汁 梨	すき焼き 南瓜サラダ 玉ねぎと若布の味噌汁 りんご	はんぺんのチーズ焼き 春雨酢物 幼児牛乳(青菜の味噌汁) みかん
おやつ	ホットドック・牛乳		りんごカスタードサンド・麦茶	豆銀糖・牛乳	ジョア・せんべい	

9日(月)

10日(火)

11日(水)

12日(木)

13日(金)

14日(土)

未満児	豆乳・せんべい/ごはん	りんごジュース・サブレ/しらすごはん	飲むヨーグルト・ビスケット/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	【手作り弁当の日】
副食	えびと豆腐のケチャップ煮 信田煮 にらたま汁 キウイフルーツ	五目大豆 ごま酢キャベツ きつねうどん バナナ	ピーマンの肉詰め煮 中華風サラダ 三平汁 ぶどう	ひじき卵 切干大根炒り煮 なめこ汁 梨	魚の夕焼けソース にらと挽肉の卵とじ じゃが芋と青菜の味噌汁 柿	
おやつ	なべ焼き・牛乳	ふかし芋・牛乳	小倉白玉・牛乳	アメリカンドック・牛乳	パンナコッタ・せんべい	

16日(月)

17日(火)

18日(水)

19日(木)

20日(金)

21日(土)

未満児	豆乳・せんべい/ごはん	ヨーグルト・ごはん	牛乳・せんべい/ごはん	ヤクルト・せんべい	牛乳・ビスケット/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	マカロニグラタン りんごサラダ 五目スープ ミニトマト	鮭のムニエル ヤーコンきんぴら きのこ里芋のスープ りんご	ミートローフ 大根サラダ 若布スープ キウイフルーツ	【お誕生会】 赤飯 鶏の唐揚げ・白和え 凍り豆腐の清汁 みかん	巣ごもり卵 里芋の煮物 茄子の味噌汁 ぶどう	豚肉の味噌炒め スパゲティソース 幼児牛乳(かきたま汁) ミニトマト
おやつ	蒸しパン・牛乳	ごまだんご・牛乳	芋かりんとう・牛乳	ケーキ・牛乳	ココアゼリー・せんべい	

23日(月)

24日(火)

25日(水)

26日(木)

27日(金)

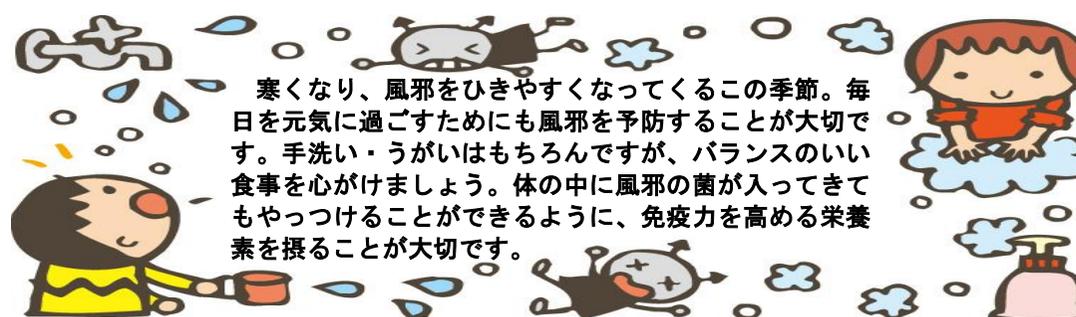
28日(土)

未満児	★ 勤労感謝の日 ★ 	豆乳・せんべい/ごはん	飲むヨーグルト・サブレ/ひじきごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	りんごジュース・サブレ/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食		豆腐とひじきのつくね ヤーコンサラダ ワンタンスープ 柿	八宝菜 胡瓜と春雨の和え物 きのこのスープ りんご	チキンナゲット マカロニサラダ コンソメスープ みかん	焼きししゃも 親子サラダ さつま汁 キウイフルーツ	厚揚げの甘辛煮 コーンとポテトのサラダ 幼児牛乳(キャベツの味噌汁) バナナ
おやつ		甘食・牛乳	きな粉揚げパン・牛乳	さつま芋ゼリー・せんべい	三色だんご・牛乳	

30日(月)

献立表の見方

未満児	ヤクルト・ビスケット/ごはん	午前のおやつ/お昼の主食
副食	鶏真薯 いんげんのごま和え 白菜と人参の味噌汁 りんご	全園児共通 ただし土曜日は 牛乳は以上児のみ、(汁物)は 未満児のみとなります
おやつ	ラスク・ヨーグルト	全園児共通午後のおやつ



寒くなり、風邪をひきやすくなるこの季節。毎日を元気に過ごすためにも風邪を予防することが大切です。手洗い・うがいはもちろんですが、バランスのいい食事を心がけましょう。体の中に風邪の菌が入ってきてもやっつけることができるように、免疫力を高める栄養素を摂ることが大切です。

＜免疫力を高める栄養素＞

- タンパク質…肉、魚、卵、大豆、大豆製品
- ビタミンA…緑黄色野菜、レバー、うなぎ
- ビタミンB群…豚肉、豆腐、卵、レバー、魚、牛乳、納豆
- ビタミンC…野菜、果物
- 鉄…緑黄色野菜、レバー、ひじき