

令和3年度（2021年度）熊本市立保育園給食献立

2022年1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		4 牛乳、ビスケット	5 牛乳、コーンフレーク	6 牛乳、クラッカー	7 牛乳、ウエハース	8 牛乳、せんべい	
昼食		飯、ポークカレー、白菜のおかか和え、バナナ	飯、かき卵汁、鶏肉のマーマレード煮、はるさめサラダ	飯、かぼちゃのみそ汁、魚の照り焼き、正月・紅白なます、りんご	飯、ふすまし汁、松風焼き、厚揚げの煮物	飯、ひじき丼、さつまいもと白菜のみそ汁	
午後		牛乳、みかんゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、黒糖蒸しパン	牛乳、栗きんとん	牛乳、七草かゆ	牛乳、バナナ、かりんとう	
午前	10	11 牛乳、ウエハース	12 牛乳、クラッカー	13 牛乳、ポーロ	14 牛乳、せんべい	15 牛乳、ビスケット	
昼食		飯、豆乳シチュー、ブロッコリーサラダ、みかん	飯、えのきたけのみそ汁、具だくさんオープン焼き、白菜の菜焼き	飯、にんじんとたまねぎのすまし汁、魚の香味焼き、かぶのそぼろ煮	飯、ポトフ、豚レバーのケチャップからめ、バナナ	飯、麻婆丼、もやしとはるさめの中華スープ	
午後		牛乳、ぜんざい	牛乳、かりかりいりこ、りんご	牛乳、大学芋風煮	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、ビスケット	牛乳、ジャム入りケーキ	
午前	17 牛乳、ウエハース	18 牛乳、クラッカー	19 牛乳、ポーロ	20 牛乳、ビスケット	21 牛乳、せんべい	22 牛乳、コーンフレーク	
昼食	飯、鶏ごぼう丼、白和え、バナナ	飯、青菜のみそ汁、米粉ムニエル、れんこん金平、りんご	飯、白菜のスープ、厚揚げみそ煮、ピクルス	飯、たまねぎみそ汁、ピカタ、ほうれんそうサラダ	飯、かぼちゃの中華スープ、ホイコーロウ、もやしのナムル、みかん	飯、高野豆腐の炒め煮、里芋とあげのみそ汁	
午後	牛乳、豆乳ココアプリン	牛乳、おからドーナツ	牛乳、フレーククッキー	牛乳、麦飯おにぎり	牛乳、手作りミニグラタン	牛乳、オレンジ、クッキー	
午前	24 牛乳、ポーロ	25 牛乳、ビスケット	26 牛乳、ウエハース	27 牛乳、もも缶	28 牛乳、コーンフレーク	29 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、豆乳コーンスープ、チキンカツ、切干しの中華サラダ	飯、えのきたけのみそ汁、焼き魚の野菜あんかけ、かぼちゃの甘煮	飯、ふすまし汁、煮込みハンバーグ、白菜の磯和え	飯、肉豆腐、大根のみそ汁	
午後	牛乳、麩のラスク	牛乳、きな粉蒸しパン	牛乳、大豆甘煮	牛乳、ちんすこう	牛乳、じゃがいももち	牛乳、ゆかりおにぎり	
午前	31 牛乳、ビスケット					<p>【1か月平均栄養素量】</p> <p>《未満児（主食込み）》      《以上児（主食なし）》</p> <p>エネルギー 467kcal                  エネルギー 395kcal</p> <p>たんぱく質 18.8g                      たんぱく質 19.7g</p> <p>脂質 15.2g                              脂質 17.3g</p>	
昼食	飯、きつね丼、小松菜のごま和え、みかん						
午後	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