



12月の献立



H29. 12. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児 添加食	おやつ	延長補食	栄養成分(1人1食)		備考
						乳児	幼児	
1 15	金	ごはん、ぶりの照り焼き、果物 白菜と油揚げの煮ひたし、玉ねぎの味噌汁	マッシュ ポテト	牛乳 無添加菓子	カレーパン	538, 220 179, 15	568, 234 185, 17	
2	土	チキンピラフ、ポテトスープ ブロッコリーとコーンのソテー、果物	大根の 甘煮	牛乳 あんぱん	—	551, 195 150, 18	608, 218 165, 22	16日 クリスマス会
4 18	月	ごはん、さばの味噌煮、果物 ほうれん草とコーンのナムル、麩のすまし汁	さつまいもの 天ぷら	牛乳 豆腐入り甘辛団子	ふりかけにぎり	560, 184 161, 15	565, 211 149, 18	
5 19	火	味噌煮込みうどん かぼちゃの甘煮、果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 和風ツナおにぎり	塩こんぶおにぎり	513, 219 132, 22	576, 210 147, 26	
6 20	水	まぐろのそぼろ丼、煮豆 大根と油揚げの味噌汁、果物	かき揚げ	牛乳 6日 マカヒのきなこ和	鮭おにぎり	565, 225 157, 16	586, 246 141, 19	20日 ぞう組 クリスマスおやつ作り
7 21	木	ごはん、豚肉のしょうが焼き 茹で野菜、じゃがいもの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 味噌おでん	茶めしにぎり	545, 223 144, 23	578, 236 143, 21	
9	土	ホットドッグ、さつまいものバター煮 玉ねぎとコーンのスープ、果物	スティック チーズ	牛乳 おかめにぎり	—	551, 194 186, 23	609, 196 179, 24	
11 25	月	雑穀ごはん、煮魚(おひょう)、果物 ひじきの白和え、人参と玉ねぎの味噌汁	じゃがいもの 甘煮	牛乳 ウインナー入り蒸しパン	ふりかけにぎり	531, 216 111, 15	572, 246 119, 18	
26	火	コーンパン、シーフードグラタン 野菜スープ、果物	茹で ブロッコリー	りんごジュース 鶏そぼろおにぎり	ごま塩おにぎり	550, 205 167, 21	622, 230 178, 21	
13 27	水	ごはん、鮭フライ、果物 切干大根の炒め煮、かぶの味噌汁	煮豆	牛乳 ポテト田楽	豚そぼろおにぎり	553, 209 149, 19	607, 239 170, 23	
14 28	木	ごはん、いりどり 豆腐の味噌汁、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 コーントースト	おかめにぎり	546, 191 168, 23	602, 212 184, 25	
8	金	ごはん、れんこんバーグ、果物 ブロッコリー・ミニトマト、豆乳味噌汁	りんごの 甘煮	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	620, 228 180, 17	671, 258 189, 19	4,5歳児 お食事会
12	火	おにぎりセット 豚汁、果物	かじきの いそべ揚げ	牛乳 コロコロドーナツ	ごま塩おにぎり	602, 207 173, 10	598, 195 149, 12	クリスマス会 リハーサル
22	金	パンアスカルト、照り焼きチキン、マッシュポテト ブロッコリー・ミニトマト、かぼちゃのクリームスープ、果物	—	麦茶 いなりずし	ふりかけおにぎり	543, 238 145, 23	584, 268 164, 25	クリスマス 会食会

- ・延長補食には、上記のほか麦茶が付きます。
- ・今月の果物はみかん、りんごなどのローテーションとなります。
- ・ひよこ組 毎週金曜日のおやつは雑炊となります。
- ・8日(金)のれんこんバーグは新メニューとなります。
- ・20日(水)はぞう組クリスマスおやつ作りでクリスマスホットケーキを作ります。
- ・22日(金)の乳児添加食はマッシュポテトがそれにあたります。

