



12月の献立



H30. 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	栄養量エネルギー 蛋白質脂肪		
						乳児	幼児	
1 15	土	カレーライス きゃべつとコーンのソテー 野菜入りわかめスープ 果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 ぶどうパン	—	573 217 160 17	656 207 180 21	
3 17	月	ごはん かじきまぐろのねぎ味噌焼き 果物 豆腐とえのきのすまし汁 ひじきの和え物	煮豆	牛乳 ピザトースト	ごま塩こぎり	530 217 160 17	558 235 170 25	
4	火	おにぎりセット 豚汁 果物	人参の甘煮	牛乳 豆腐ドーナツ	鶏そぼろこぎり	557 185 147 10	607 209 158 12	クリスマス会 リハーサル
18	火	ホワイトスパゲティー えのきとよしの野菜スープ ゆで野菜のサラダ(オーロラソース) 果物	かき揚げ	麦茶 ツナチャーハン	鶏そぼろこぎり	524 142 160 11	536 164 163 14	
5 19	水	ごはん 厚揚げの炒め物 麩と葱の味噌汁 果物	さつま芋の バター煮	牛乳 甘辛団子	おかゆこぎり	546 181 149 14	575 205 163 16	19日ぞう組 おやつ作り
6 20	木	ごはん 鯖の焼きおろし煮 果物 ほうれん草の胡麻味噌 玉ねぎと人参の味噌汁	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 ポテト田楽	ふりかけこぎり	558 205 193 24	539 207 147 19	
7	金	ごはん 照り焼きチキン 里芋と人参の味噌汁 白菜と油揚げのおかゆ和え 果物	りんごの甘煮	牛乳 無添加菓子	カレーパン	552 218 183 15	586 256 197 18	
21	金	クリスマスツリー 鶏のから揚げ 野菜スープ ブロッコリー・ミニトマト 果物	マッシュポテ ト	リンゴジュース 無添加菓子	カレーパン	555 155 189 16	636 194 342 21	クリスマス 会食会
22	土	和風スパゲティー かぼちゃの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ 果物	大根の甘煮	牛乳 おかゆこぎり	—	519 170 133 18	552 188 145 22	8日 クリスマス会
10	月	ごはん 八宝菜 中華風コーンスープ(豚肉) 果物	ジャーマン ポテト	牛乳 マカロニきな粉	塩こんぶこぎり	557 210 167 09	561 231 154 11	
11 25	火	味噌煮込みうどん さつま芋とリンゴの甘煮 果物	煮魚 (かじき)	牛乳 ごまおにぎり	鮭こぎり	546 193 139 20	583 186 144 24	
12 26	水	ごはん 魚のオランダ揚げ ベジタブルソテー 豚肉と玉ねぎのスープ 果物	ウインナー ソテー	牛乳 焼き芋	茶めしこぎり	536 188 185 14	626 203 169 14	
13 27	木	ごはん 豚肉のカレー風味焼 ゆで野菜 かぶの味噌汁 果物	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 味噌おでん	ふりかけこぎり	510 196 191 17	516 220 160 19	
14	金	ごはん ミートローフ 果物 ブロッコリー・ミニトマト 白菜とえのきのスープ	じゃが芋の 甘煮	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	626 250 193 17	672 239 206 19	4, 5歳児 お食事会
28	金	ごはん いりどり 大根の味噌汁 果物	じゃが芋の 甘煮	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	572 192 153 19	619 211 167 23	

*延長補食には上記のほか麦茶が付きます

*今月のフルーツは、みかん、りんご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

*4日(火)の豆腐ドーナツは新メニューです

*19日(水)はぞう組がクリスマスおやつ作りをします

