

12月予定献立表

発行日: 令和3年11月30日

午前おやつ	月		火		水		木		金		土	
					1	飲むヨーグルト	2	牛乳	3	牛乳	4	牛乳
昼食					ご飯 トマトスープ 鶏のから揚げ 温サラダ		ご飯 えのきのすまし汁 たらの南蛮漬け 小松菜のおかか和え		鶏そぼろ丼 じゃがいもとキャベツの味噌汁 白菜のごま和え りんご		きつねうどん 大根とハムの和え物 バナナ	
午後おやつ					牛乳・バームクーヘン		牛乳・きな粉の豆乳トースト		お茶・五平餅		牛乳・パイ菓子	
午前おやつ	6	牛乳	7	牛乳	8	グレープジュース	9	牛乳	10	牛乳	11	牛乳
昼食	ご飯 かぶのすまし汁 さわらの幽庵焼き キャベツの酢の物		【体育指導】 カレーライス マカロニサラダ バナナ		キャロットパン 豆乳スープ チキンナゲット ブロッコリーのサラダ		ご飯 かぼちゃの味噌汁 白身魚のフライ ひじきと切干し大根の甘辛煮		ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 もやしのナムル		ベーコンピラフ チンゲン菜のスープ 大豆のころころサラダ	
午後おやつ	牛乳・大学芋		牛乳・クッキー		お茶・鮭おにぎり		牛乳・マーメレード蒸しパン		牛乳・サーターアングギー		牛乳・ビスコ	
午前おやつ	13	牛乳	14	牛乳	15	豆乳	16	牛乳	17	牛乳	18	牛乳
昼食	ご飯 コンソメスープ 白身魚の竜田揚げ ポテトサラダ キウイフルーツ		ご飯 さつまいもの味噌汁 鶏肉のパン粉焼き コールスローサラダ		中華丼ぶり わかめスープ 華風サラダ		【食育の日 東北地方】 ご飯 いものこ汁 鮭の梅マヨ焼き ほうれん草のごま和え		【誕生日会】 ご飯 たまごスープ 煮込みハンバーグ かぼちゃのサラダ		ご飯 豆腐の味噌汁 肉野菜炒め バナナ	
午後おやつ	牛乳・いちご食パン		お茶・桃ヨーグルト		牛乳・麩のラスク		牛乳・ずんだ蒸しパン		牛乳・りんごのカントリーケーキ		牛乳・ビスケット	
午前おやつ	20	牛乳	21	牛乳	22	アップルジュース	23	牛乳	24	牛乳	25	牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 さばの塩焼き ほうれん草の納豆和え オレンジ		ご飯 味噌汁 肉豆腐 キャベツのツナ和え		ご飯 すまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き れんこんのごまマヨ和え		ロールパン かぼちゃのシチュー 鮭のムニエル ブロッコリーの黒ごまサラダ		【クリスマス会】 ケチャップライス ほうれん草のスープ 鶏の照り焼き 大豆と胡瓜のサラダ		ご飯 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 もやしのゆかり和え	
午後おやつ	お茶・焼きそば		牛乳・サブレ		牛乳・きなこマカロニ		お茶・ゆかりおにぎり		牛乳・ケーキ		牛乳・せんべい	
午前おやつ	27	牛乳	28	牛乳	29		30		31			
昼食	ご飯 豚汁 さわらのカレー風味焼き 切干し大根のさっぱり和え		肉うどん 小松菜の和え物 バナナ		年末年始休園(12/29~1/3)							
午後おやつ	牛乳・レーズン蒸しパン		牛乳・ドーナツ									

※献立が変更する場合があります。ご了承ください。
※延長おやつは、ビスケット・せんべい・サブレ・パイ・ラムネを提供します。

献立平均給与栄養量 幼児 エネルギー 579kcal たんぱく質 23.2g 脂質 19.6g 乳児 エネルギー 483kcal たんぱく質 19.3g 脂質 16.8g