



12月給食献立予定表

R5.11.30

大曲こども園

日	曜	献立名	未満児主食	おやつ
1	金	ポークケチャップ、白菜のスープ、果物	ごはん	牛乳、米菓
4	月	さつまいものそばろ煮、切り干し大根サラダ、ゼリー	ごはん	牛乳、米菓
5	火	鶏肉の中華煮、春雨スープ、果物	ごはん	牛乳、米菓
6	水	豚汁、友禅あえ、チーズ	ごはん	牛乳、昆布、米菓
7	木	♥ピラフ、魚のコーンフレーク焼き、わかめスープ、デザート	ピラフ	牛乳、ミニシュクリーム
8	金	ツナ卵あんかけ、青菜のソテー、果物	パン	牛乳、米菓
11	月	豚肉のしょうが焼き、ポテトスープ、果物	ごはん	飲むヨーグルト、米菓
12	火	マーボー豆腐、三色ナムル、果物	ごはん	牛乳、野菜マフィン
13	水	ツナとジャガイモのマヨネーズ焼き、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、米菓
14	木	カレーライス、甘酢あえ、ヨーグルト	ごはん	牛乳、小魚
15	金	豆腐の真砂揚げ、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、米菓
18	月	肉豆腐、ポテトチップサラダ、果物	ごはん	ジョア、米菓
19	火	魚の変わり西京焼き、青菜の煮びたし、果物	ごはん	牛乳、米菓
20	水	肉団子のスープ煮、人参しりしり、果物	ごはん	牛乳、アップルパイ
21	木	パン、鶏のから揚げ、コーンスープ、ゼリー	パン	クリスマスデザート
22	金	五目ひじき煮、磯あえ、果物	ごはん	牛乳、米菓
25	月	ほうとううどん、ゆかりあえ、果物	うどん	牛乳、米菓
26	火	カラフルオムレツ、和風スパゲティソテー、果物	ごはん	りんごゼリー
27	水	焼き魚、大豆の油みそ、のっぺい汁、果物	ごはん	牛乳、ミニたい焼き
28	木	タンタンメン、ヨーグルト	タンタンメン	牛乳、米菓

♥印は、お誕生会献立です。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
おかずのみ(目標)	371(330)	16.2(16.8)	15.3(14.0)	293(285)	1.6(1.4)
おかず+ごはん(目標)	550(510)	19.0(19.1)	15.7(14.2)	296(288)	1.6(1.4)

*ご飯の目安量は115gです。

<裏面もご覧下さい>