



# 1月給食献立予定表

R5.12.28

大曲こども園

日	曜	献立名	未満児主食	おやつ
4	木	冬野菜カレーライス、レモン和え、ゼリー	ごはん	麦茶、お菓子
5	金	魚の照り焼き、人参しりしり、七草汁、果物	ごはん	★二色団子
9	火	豆腐の中華煮、カレーサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
10	水	ベーコンポテト、白菜のとろみスープ、果物	パン	牛乳、お菓子
11	木	五目あんかけラーメン、ヨーグルト	ラーメン	牛乳、お菓子
12	金	五目ひじき煮、ごまドレサラダ、果物	ごはん	★イチゴケーキ
15	月	豆腐のお好み焼き、わかめスープ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
16	火	八宝菜、ポテトフレンチサラダ、果物	ごはん	牛乳、昆布、お菓子
17	水	春雨のそぼろ炒め、青菜の煮浸し、果物	ごはん	牛乳、お菓子
18	木	♥きんぴらご飯、魚のバーベキューソース、具だくさん汁、デザート	ごはん	牛乳、ペアクリームワッフル
19	金	松風焼き、炒めなます、おぼろ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
22	月	肉じゃが、納豆和え、果物	ごはん	★フライドマカロニ
23	火	あんかけうどん汁、ゆかり和え、果物	うどん	牛乳、お菓子
24	水	魚の香り焼き、みそ汁、果物	ごはん	ももゼリー
25	木	ロールパン、マカロニグラタン、野菜スープ、果物	パン	牛乳、小魚
26	金	チキンたれかつ、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
29	月	厚揚げの五目煮、コールスロー、チーズ	ごはん	ジョア、お菓子
30	火	ポークビーンズ、ツナ和え、果物	ごはん	★ジャーマンポテトサンド
31	水	鶏肉のみそ焼き、青菜のソテー、果物	ごはん	牛乳、お菓子

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

	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)	372(330)	15.0(16.8)	15.0(14.0)	270(285)	1.4(1.4)
おかず+ごはん(目標)	548(510)	17.7(19.1)	15.4(14.2)	273(288)	1.4(1.4)

\*ご飯の目安量は115gです。

<裏面もご覧下さい>

<裏面もご覧下さい>