

きばこども園(一般)

2024年12月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	りんごジュース	3	お茶 ビスケット	4	牛乳 せんべい	5	豆乳 ウエハース	6	のむヨーグルト	7	
昼食	ごはん さばの味噌煮 (空虹組 白身魚) ほうれん草の ごま和え けんちん汁		ごはん マーボー豆腐 しゅうまい パンサンデー		玄米入りごはん かぼちゃのそぼろ煮 切干し大根の ゴママヨ和え バナナ		ごはん ちりめん春巻き ブロッコリーの 中華和え たまごと わかめのスープ		中華おこわ 切り干し大根の煮物 かぼちゃサラダ		(A組~光組クリスマス会) 和風スパゲッティ りんごジュース バナナ A組 携帯食	
午後	牛乳 ★おさつフライ		ヨーグルト ウエハース		のむヨーグルト ★黒糖蒸しパン		牛乳 クリームクラッカー		ココア パイ (A~光) ビスケット (空虹)			
午前	9	豆乳 せんべい	10	お茶 バナナ	11	野菜ジュース	12	のむヨーグルト	13	牛乳 ビスケット	14	
昼食	ごはん 豚肉のしょうが焼き さつま芋サラダ 小松菜のみそ汁		ゆかりごはん おでん 鶏味噌 コールスローサラダ		ごはん 魚の香り揚げ れんこんのきんぴら じゃがいもと わかめのみそ汁		玄米入りごはん 鶏肉の マーマレード煮 ひじきサラダ なめこのみそ汁		食パン コーンチャウダー 肉団子 キャベツのツナ和え		いなりうどん ヨーグルト	
午後	牛乳 ★ツナサンド		牛乳 ★豆乳もち (ABC) せんべい (光空虹)		牛乳 ビスケット		アシドミルク バームクーヘン		お茶 ★おにぎり			
午前	16	りんごジュース	17	牛乳 せんべい	18	のむヨーグルト	19	アシドミルク	20	豆乳 ビスケット	21	
昼食	ごはん ちくわの磯部揚げ チーズいり納豆あえ 豚汁		カレーライス 醤油ドレッシング 和え チーズ		ごはん 鶏のからあげ ごまだれ ひじきナムル 五目みそ汁		お弁当の日 (虹組) わかめごはん 肉団子スープ ブロッコリーの ツナ和え バナナ		玄米入りごはん 魚のゆうあん焼き かぼちゃの甘煮 ブロッコリーおかか和え 「ん」のつく根菜みそ汁 みかん		みそらーめん ヨーグルト	
午後	牛乳 ★じゃこトースト		お茶 ★フルーツポンチ せんべい (ABC)		牛乳 ★ふのラスク		ヨーグルト パイ (ABC)		牛乳 焼きドーナツ			
午前	23	お茶 バナナ	24	りんごジュース	25	お茶 ウエハース	26	のむヨーグルト	27	(末) 野菜 ジュース	28	
昼食	ごはん 豆腐ハンバーグ 梅ドレッシング和え 大根スープ		(ケーキ作り) わかめごはん 鶏すき煮 豆乳ドレッシング サラダ バナナ		コーンピラフ タンドリーチキン ブロッコリーサラダ ミネストローネ		ごはん 魚の西京焼き 春雨のごま酢和え 五目すまし汁		(誕生会) オムライス ブロッコリーの ごま酢和え ポトフ		ナポリタン 野菜ジュース	
午後	ココア たい焼き		牛乳 せんべい		クリスマスカップ デザート ウエハース (ABC)		牛乳 ★ジャムサンド		牛乳 スティックケーキ			

12月の給食	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量(3~5歳児)	617Kcal	24.7g	17.1g	257mg	1.6g
平均(3~5歳児)	577Kcal	22.9g	18.6g	259mg	2.0g
目標量(1~2歳児)	504Kcal	20.2g	14.0g	233mg	1.5g
平均(1~2歳児)	510Kcal	19.5g	15.0g	252mg	1.6g

・★は、手作りおやつです。  
 ・19日(木)は、お弁当の日です。  
 (虹組のみ給食)  
 ・27日(金)は、誕生会です。