

のしろこども園(一般)

2024年12月分の献立

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前	牛乳	牛乳	アシドミルク	牛乳	豆乳	
昼食	ごはん 豚肉のソースマリネ 切り干し大根の ごまマヨ和え なめこのみそ汁	ごはん 鮭のホイル焼き ブロッコリーの ごま酢和え じゃがいものみそ汁	ごはん 手作りのシュウマイ ハンサンスー もずクラスープ	レーズン食パン さつまいもと青菜の クリーム煮 マカロニサラダ みかん	玄米入りごはん 豚肉と大豆の磯煮 キャベツの即席漬け バナナ	みそラーメン ヨーグルト 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳 カステラ	牛乳 せんべい	牛乳 ★麩のみそラスク	お茶 ★おにぎり (みそ焼き)	牛乳(一般児) ★すはま(一般児) ヨーグルト(未満児) ウエハース	ゼリー
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前	牛乳	豆乳	アシドミルク	牛乳	牛乳	
昼食	玄米入りごはん 卵とじ煮 切り干しサラダ りんご	ごはん 手作りさつま揚げ ポテトサラダ のっぺい汁	カレーライス ひじきの和風サラダ チーズ	ごはん 豚肉と大根の煮物 ブロッコリーと 卵のサラダ 金時豆煮	ゆかりごはん(空星) チキンカツ ウィンナー かぼちゃサラダ 枝豆、トマト バナナ みそ汁(空星)	あんかけいなりうどん ヨーグルト 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳 肉まん	牛乳 ★きな粉クリームサンド	牛乳 ★豆乳もち(一般児) ふかし芋(未満児)	いちご豆乳 パイ	ヨーグルト ウエハース	たい焼き
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前	牛乳	牛乳	ヤクルト	牛乳	牛乳	
昼食	ミートソースパグティ さつまいもサラダ 白菜のスープ	ごはん みそおでん 豆乳ドレッシングサラダ みかん	ごはん 鶏の竜田揚げ ひじきサラダ 豚汁	ごはん 魚の梅みそ焼き ほうれん草のお浸し 五目みそ汁	わかめごはん ちくわ磯辺揚げ かぼちゃのいとこ煮 けんちん汁	スパゲティ シヨア 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳 ★おにぎり (枝豆塩こんぶ)	アシドミルク パウムクーヘン	牛乳 ★パウンドケーキ	牛乳 ★黒糖蒸しパン	牛乳 ビスケット	スティックケーキ
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	ヤクルト	牛乳	
昼食	コーンピラフ トナカイハンバーグ ブロッコリーのソテー 大根スープ	ごはん 白菜のクリーム煮 スパニッシュオムレツ 切り干し大根の 中華サラダ	ごはん 魚のチリソース はるさめのごま酢和え さつま汁	玄米入りごはん カレー肉じゃが 揚げ大豆の 小魚がらめ(A~光) 煮豆(空・星) 梅ドレッシング和え	年越しいなりうどん 大豆とツナのサラダ みかん	焼きそば シヨア 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	豆乳ココア シュークリーム	アシドミルク ★クリスマスツリー デザート	牛乳 せんべい	牛乳 ★きなこおはぎ (一般児) ★マカロニきな粉 (未満児)	牛乳 たい焼き	メープルマフィン
	30(月)	31(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 13日はお弁当バイキングです。 ・ 23日は誕生会です。 ・ ★は手作りおやつです。 </div>			
午前						
昼食	希望保育					
午後						

	エネルギー kcal	たんぱく g	脂質 g	カルシウム mg	食塩 g
3才以上児	574	22.2	18	278	2.3
目標量	592	23.7	16.5	260	1.7
3才未満児	473	18.9	15.8	291	1.7