



12月の献立



H26. 12. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児 添加食	おやつ	延長補食	栄養成分		備考
						乳児	幼児	
1 15	月	ごま塩ごはん、肉じゃが かぶの味噌汁、ヨーグルト和え	魚の 立田揚げ	牛乳 和風スパゲティー	ふりかけにぎり	591, 232 167, 20	643, 243 157, 25	
2 16	火	ホワイトスパゲティー さつまいもの甘煮、もやしのスープ、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 おかめおにぎり	豚そぼろにぎり	550, 192 156, 16	640, 214 170, 15	
3	水	ごはん、鶏肉と大根の煮物 ひじきの白和え、玉ねぎの味噌汁、果物	りんごの コンポート	牛乳 フライドポテト	おかめおにぎり	531, 184 195, 16	565, 207 195, 20	
4 18	木	雑穀ごはん、鮭の照り焼き 五目豆、大根と人参の味噌汁、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 生クリームサンド	ゆかりにぎり	546, 243 152, 19	595, 271 160, 20	
19	金	ごはん、魚のオランダ揚げ、ベジタブルソテー きゃべつと油揚げの味噌汁、果物	ウインナー ソテー	牛乳 のり巻き	ぶどうハン	602, 198 179, 19	635, 210 161, 20	
6 20	土	バターロール、ポークケチャップ、果物 きゃべつとコーンのソテー、ポテトスープ	大根の 甘煮	牛乳 塩こんぶおにぎり	—	573, 228 178, 21	591, 242 190, 24	
8 22	月	ごはん、マーボー豆腐 春雨スープ、果物	はすの 天ぷら	牛乳 甘辛団子	ふりかけおにぎり	560, 186 176, 15	582, 208 167, 18	
10 24	水	チキンピラフ ジャーマンポテト焼き、野菜スープ、果物	煮魚 (銀だら)	牛乳 10日味噌おでん 24日フルーツハン	鮭おにぎり	542, 205 194, 24	562, 200 175, 28	
11 25	木	ごはん、さばの味噌煮、すじょうゆ和え はんぺんのすまし汁、果物	さつまいもの バター煮	牛乳 黒糖蒸しパン	ごま塩おにぎり	552, 184 167, 18	577, 208 179, 21	
12 26	金	ごはん、豚肉のしょうが焼き 茹で野菜、大根の味噌汁、果物	煮豆	牛乳 無添加菓子	ジャムサンド	548, 185 168, 15	580, 207 179, 18	
13 27	土	カレーうどん ブロッコリーとベーコンのソテー、果物	スティック チーズ	牛乳 ふりかけおにぎり	—	543, 200 181, 25	558, 192 162, 28	13日 クリスマス会
5	金	コーン入りごはん、エビフライ、果物 白菜とツナのごまマヨ和え、人参と玉ねぎの味噌汁	ウインナー ソテー	牛乳 のり巻き	ぶどうハン	603, 217 179, 24	631, 222 160, 26	幼児誕生会
9	火	サンドイッチ クリームシチュー、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 ごまおにぎり	梅干しおにぎり	557, 182 173, 16	606, 192 179, 20	クリスマス会 リハーサル
17	水	パンアラカルト、照り焼きチキン、付け合せ マッシュポテト、かぼちゃのクリームスープ、果物	—	牛乳 マカロニのきなこ和え	おかめおにぎり	549, 252 172, 20	595, 270 197, 22	クリスマス 会食会

- ・延長補食には、上記のほか麦茶・果物が付きます。
- ・今月の果物はみかん、りんご、柿などのローテーションでだします。
- ・19日(金)りす組料理保育をします。
- ・17日(水)の乳児添加食はマッシュポテトがそれにあたります。
- ・白菜とツナのごまマヨ和え、おやつの和風スパゲティーは新メニューです。

