



# 12月の献立



H28. 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(1人1食)		備考
						乳児	幼児	
1 15	木	ごはん、かじきの香豚風 中華風コーンスープ、果物	じゃが芋の 甘煮	牛乳 カレースパゲティー	豚そぼろ にぎり	574,213 185,14	664,217 216,18	
2 16	金	ごま塩ごはん、肉じゃが キャベツの味噌汁、果物	かき揚げ	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	605,209 160,18	618,209 151,22	
3	土	野菜とウィンナーのピラフ、おかめ和え 玉ねぎとベーコンのスープ、果物	スティック チーズ	牛乳 ジャムパン	—————	523,147 240,19	570,141 254,19	17日 クリスマス会
5 19	月	雑穀ごはん、かじきのみそ焼き えび入り春雨サラダ、豆腐のすまし汁、果物	さつまいもの バター煮	牛乳 黒糖蒸しパン	塩こんぶ にぎり	524ml192 128, 24	540ml218 133, 21	
6 20	火	味噌煮込みうどん さつまいもとりんごのバター煮、果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 おさかなごはん	ごま塩こぎり	449,201 11,222	519,195 122,28	20日 りんごジュース 生クリームサンド
7 21	水	ごはん、マーボー豆腐 春雨スープ、果物	はすの 天ぷら	牛乳 ポテト田楽	鮭こぎり	549,180 198,16	611,202 232,19	
8	木	さばの味噌煮カレー、菜果なます わかめスープ、果物	煮豆 (うずら豆)	牛乳 あんぱん	ふりかけにぎり	619,178 166,21	667,192 232,19	
10 24	土	ソフトフランスパン、鮭のバター焼き、ポテトスープ ブロッコリーとベーコンのソテー、果物	大根の 甘煮	牛乳 おかめおにぎり	—————	515,215 146, 22	604,204 168, 28	
12 26	月	豚肉と野菜のあんかけ丼、かぼちゃの味噌汁 きゃべつのごま和え、果物	魚の いそげ揚げ	牛乳 豆腐入り甘辛団子	ふりかけにぎり	553,202 164,20	587,197 150,24	
13 27	火	ホワイトスパゲッティー、果物 さつまいもの甘煮、もやしのスープ	ウィンナー ソテー	りんごジュース 鶏そぼろおにぎり	おかめおにぎり	549,138 205,13	564,197 150,24	
14 28	水	ごはん、豚肉のアップルソース焼き、果物 茹で野菜、大根と油揚げの味噌汁	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 きなこパン	茶めしにぎり	563,205 205,24	609,236 191,29	
9	金	コーン入りごはん、豚肉の香りフライ、果物 ブロッコリーのおかめ和え、人参と玉ねぎの味噌汁	りんごの コンポート	牛乳 無添加菓子	カレーパン	606,189 246,16	669,219 269,19	幼児誕生会
22	木	パンアラクルト、ローストチキン、付け合わせ ポテトサラダ、かぼちゃのクリームスープ、果物	ミニトマト ブロッコリー	牛乳 塩こんぶこぎり	ふりかけにぎり	585, 267 184, 20	640,279 200,23	クリスマス 会食会

延長補食には、上記のほか麦茶が付きます。

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。

- ・ 20日(火) りす組さんがクッキングをします。  
ぞう組さんがクリスマスおやつを作ります。



\*ひよこ組 金曜日は雑炊になります。