



12月献立表



令和5年11月24日

甲ノ原保育園

曜日	日付	未満児 おやつ	給食	おやつ	主材料
金	15	野菜 ジュース	タンドリーチキンサンド ココロ野菜のサラダ 白菜とウインナーの豆乳スープ ヨーグルト	焼きうどん 牛乳	ショートロール・鶏肉・カレー粉・にんにく・ヨーグルト レタス・きゅうり・人参・大根・コーン ウインナー・白菜・玉ねぎ・しめじ・豆乳 うどん・キャベツ・かつお節・ごま油
土	16	グレープ ジュース	もやし味噌ラーメン かぼちゃのサラダ ヨーグルト	チキンライス 麦茶	中華麺・豚肉・キャベツ・もやし・人参・玉ねぎ しょうが・にんにく・ごま・ごま油・かぼちゃ・きゅうり ベーコン・コーン・マヨドレ・精白米・胚芽米・鶏肉
月	18	野菜 ジュース	ごはん たらのクリームチーズ焼き 野菜炒め 白菜のみそ汁・バナナ	ココアカップケーキ 牛乳	精白米・胚芽米・たら・チーズ・マヨドレ ベーコン・ほうれん草・コーン・白菜・人参 ホットケーキMIX・バター・ココア
火	19	グレープ ジュース	納豆そばろ丼 小松菜とれんこんのマヨ和え きゃべつと玉ねぎのすまし汁 りんご	ポテトグラタン トースト 牛乳	精白米・胚芽米・納豆・鶏肉・しょうが・水菜 小松菜・人参・れんこん・コーン・ベーコン マヨドレ・きゃべつ・玉ねぎ・食パン じゃが芋・バター・米粉・パセリ
水	20	牛乳	ごはん 鯖の味噌煮 きゅうりとツナの酢の物 鶏ささみときのこのすまし汁・バナナ	きな粉ドーナツ 野菜ジュース	精白米・胚芽米・鯖・しょうが・きゅうり ツナ・わかめ・人参・鶏肉 玉ねぎ・えのきたけ・まいたけ ホットケーキMIX・牛乳・きな粉
木	7	グレープ ジュース	ごはん チキン南蛮 千切り野菜のサラダ 根野菜のみそ汁・みかん	スイートポテト 豆乳	精白米・胚芽米・鶏肉・米粉・玉ねぎ・マヨドレ 牛乳・きゃべつ・人参・きゅうり・大根・里芋・ごぼう しらす・豆腐・さつまいも・バター・牛乳
	21		★クリスマス会★		
金	22	豆乳	メープルパン 小エビのサラダ パンプキンクリームシチュー ヨーグルト	ひじきごはん 麦茶	ショートロール・マーガリン・メープルシロップ レタス・きゅうり・人参・えび・ベーコン・マヨドレ・米粉 豆乳・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・コーン・ブロッコリー・バター 牛乳・精白米・胚芽米・ひじき・油揚げ
土	23	野菜 ジュース	塩うどん ポテトサラダ ヨーグルト	鮭わかめごはん 麦茶	うどん・鶏肉・ねぎ・にんじん・しいたけ・竹輪 ごま油・じゃがいも・コーン・ツナ・マヨドレ・牛乳 精白米・胚芽米・鮭・炊き込みわかめ・ごま・ごま油
月	25	豆乳	ごはん ぶりの照り焼き ひじき入り炒り豆腐 さつまいものみそ汁・みかん	いちごジャムクッキー グレープジュース	精白米・胚芽米・ぶり・豆腐・豚肉・ひじき 人参・こんにゃく・いんげん・さつまいも・ねぎ ホットケーキMIX・バター・練乳・いちごジャム
火	26	グレープ ジュース	ごはん 高野豆腐のオランダ煮 白菜のお浸し 水菜のスープ・バナナ	フレンチトースト 牛乳	精白米・胚芽米・豚肉・片栗粉・高野豆腐 じゃがいも・玉ねぎ・人参・ピーマン・白菜 ほうれん草・水菜・食パン・マーガリン
水	27	野菜 ジュース	スパゲティーナポリタン 鶏ごぼうサラダ じゃが芋とベーコンのスープ りんご	ぎょうざの皮 チップス 牛乳	スパゲティー・玉ねぎ・人参・ウインナー・ピーマン レタス・きゅうり・ごぼう・鶏肉・ベーコン ぎょうざの皮
木	14	☆お誕生日会☆🎂雪だるまランチ🎂			
	28	グレープ ジュース	ごはん 照り焼きハンバーグ ブロッコリーとツナのゴママヨ きゃべつのスープ・みかん	バナナケーキ 豆乳	精白米・胚芽米・豚肉・玉ねぎ・牛乳・ブロッコリー ツナ・トマト・きゅうり・マヨドレ・ごま・きゃべつ ホットケーキMIX・バナナ・バター

給食室
から

・エネルギー 581kcal

・たんぱく質 21.6g

・脂質 22.2g

今月は、14日が誕生日会、21日がクリスマス会の為別献立になります。

今月は22日がお弁当箱ランチになります。

材料の仕入れ都合により献立を変更する場合があります。

1ヶ月2サイクルの献立にし、初回の喫食状況を見て、次回の調理法を検討し、工夫しています。



