

こぼと保育園(一般)

2024年12月献立表

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日												
午前	2	バナナ 牛乳	3	南瓜ポーロ 牛乳	4	おせんべい 牛乳	5	南瓜ポーロ 牛乳	6	ビスケット 牛乳	7	おせんべい 牛乳											
昼食	御飯 キャベツと生揚げの味噌汁 鶏肉とレンコンの炒り煮 オクラの和え物 みかん		食パン コーンチャウダー 鮭のムニエル きゅうりとささみのサラダ グレープフルーツ		中華丼 レタスとえのきのスープ ココロお豆サラダ りんご		鶏塩うどん ほうれん草のツナ和え バナナ		御飯 もやしとにらの味噌汁 レバーのごまからめ ごぼうサラダ みかん		ピザトースト 鶏肉の具沢山スープ 蒸し南瓜 バナナ												
午後	キャラメルポップコーン 牛乳		五目ごはん(α米) 牛乳		バナナスコーン 牛乳		ひじきおにぎり 牛乳		米粉クッキー 牛乳		ゆかりおにぎり 牛乳												
午前	9	バナナ 豆乳	10	南瓜ポーロ 豆乳	11	おせんべい 豆乳	12	南瓜ポーロ 豆乳	13	ビスケット 豆乳	14	おせんべい 豆乳											
昼食	御飯 小松菜と油揚げの味噌汁 鶏肉のさっぱり焼き ほうれん草ともやしの胡麻和え みかん		食パン 青梗菜とえのきのスープ ポークチャップ ポテトサラダ グレープフルーツ		御飯 けんちん汁 鯖の味噌煮 ブロッコリーの和風マヨ りんご		コーンラーメン 南瓜煮 バナナ		雪だるまごはん カレーシチュー カレイのイタリアン焼き キャベツとツナのサラダ いちご		焼きそば 白菜のスープ ちくわ磯辺揚げ バナナ												
午後	もちもちチーズパン 豆乳		オレンジゼリー おせんべい 豆乳		アメリカンドッグ 豆乳		芋もち 豆乳		ココアクリームサンド 豆乳		きな粉トースト 豆乳												
午前	16	バナナ 牛乳	17	南瓜ポーロ 牛乳	18	おせんべい 牛乳	19	南瓜ポーロ 牛乳	20	ビスケット 牛乳	21	おせんべい 牛乳											
昼食	御飯 キャベツと生揚げの味噌汁 鶏肉とレンコンの炒り煮 オクラの和え物 みかん		食パン コーンチャウダー 鮭のムニエル きゅうりとささみのサラダ グレープフルーツ		中華丼 レタスとえのきのスープ ココロお豆サラダ りんご		鶏塩うどん ほうれん草のツナ和え バナナ		サンタパン ローストチキン アンパンマンポテト ツリーサラダ フルーツボンチ		ピザトースト 鶏肉の具沢山スープ 蒸し南瓜 バナナ												
午後	キャラメルポップコーン 牛乳		ツナ昆布おにぎり 牛乳		バナナスコーン 牛乳		ひじきおにぎり 牛乳		クリスマスケーキ 牛乳		ゆかりおにぎり 牛乳												
午前	23	バナナ 豆乳	24	南瓜ポーロ 豆乳	25	おせんべい 豆乳	26	南瓜ポーロ 豆乳	27	ビスケット 豆乳	28	おせんべい 豆乳											
昼食	御飯 小松菜と油揚げの味噌汁 鶏肉のさっぱり焼き ほうれん草ともやしの胡麻和え みかん		食パン 青梗菜とえのきのスープ ポークチャップ ポテトサラダ グレープフルーツ		御飯 けんちん汁 鯖の味噌煮 ブロッコリーの和風マヨ りんご		コーンラーメン 南瓜煮 バナナ		御飯 豆腐となめこの味噌汁 豚肉とほうれん草のブルコギ風 きゅうりとツナの酢の物 みかん		焼きそば 白菜のスープ ちくわ磯辺揚げ バナナ												
午後	もちもちチーズパン 豆乳		オレンジゼリー おせんべい 豆乳		アメリカンドッグ 豆乳		芋もち 豆乳		りんごケーキ 豆乳		きな粉トースト 豆乳												
午前	30		31				<p>◎材料の都合上献立が変更になる場合があります ◎今月のお楽しみ給食は13日(金)、20日(金)です ◎卵は使用していません</p> <p>◎今月の平均栄養価</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>3~5歳児</td> <td>1~2歳児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>539kcal</td> <td>466kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>20.5g</td> <td>18.4g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>16.1g</td> <td>14.8g</td> </tr> </table>						3~5歳児	1~2歳児	エネルギー	539kcal	466kcal	たんぱく質	20.5g	18.4g	脂質	16.1g	14.8g
	3~5歳児	1~2歳児																					
エネルギー	539kcal	466kcal																					
たんぱく質	20.5g	18.4g																					
脂質	16.1g	14.8g																					
昼食																							
午後																							