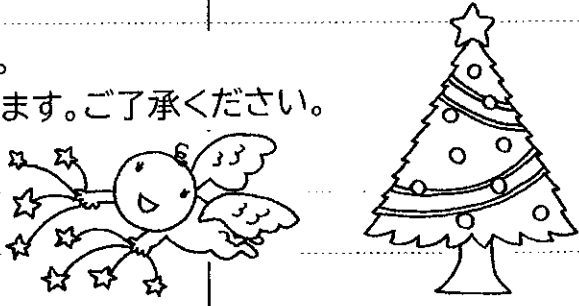
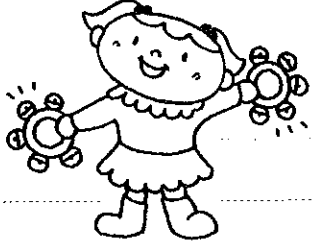
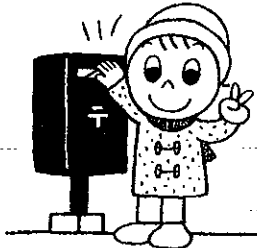
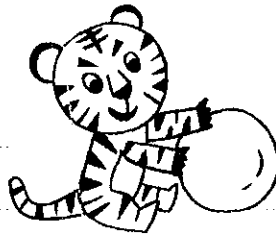
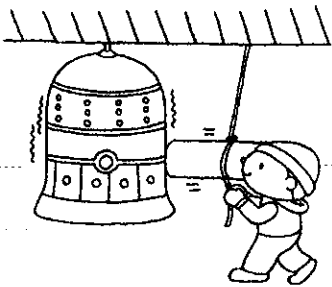


令和04年12月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
<p>○昼食時には、毎日麦茶を提供しています。 ○都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。</p>			<p>1 ご飯</p> <p>味噌汁 すき焼き風煮 かぼちゃのそぼろ煮 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：542Kcal 蛋白質：19.6g 脂質：16.9g 塩分：1.5g</p>	<p>2 ご飯</p> <p>スープ ほうれん草のグラタン グリーンサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 大学いも エネルギー：491Kcal 蛋白質：15.8g 脂質：14.7g 塩分：1.4g</p>	<p>3 《お遊戯会》</p> 
<p>5 ご飯</p> <p>スープ ポークピカタ フレンチサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 たまご蒸しパン エネルギー：511Kcal 蛋白質：20.7g 脂質：17.1g 塩分：1.3g</p>	<p>6 ご飯</p> <p>ポトフ チーズオムレツ きのこサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 豆腐ドーナツ エネルギー：595Kcal 蛋白質：20.7g 脂質：23.9g 塩分：1.7g</p>	<p>7 ご飯</p> <p>すまし汁 鱈の味噌マヨネーズ焼き 肉じゃが煮 納豆 フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 チーズバーグサンド エネルギー：526Kcal 蛋白質：27.7g 脂質：18.5g 塩分：2.0g</p>	<p>8 《誕生会》</p> <p>味噌ラーメン 揚げぎょうざ フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：野菜ジュース ロールケーキ エネルギー：425Kcal 蛋白質：12.5g 脂質：13.9g 塩分：1.4g</p>	<p>9 ご飯</p> <p>味噌汁 豚肉の生姜焼き ハム入りごま和え フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 フライドポテト エネルギー：464Kcal 蛋白質：17.0g 脂質：14.4g 塩分：0.9g</p>	<p>10</p> <p>肉うどん 野菜炒め フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 プリン せんべい エネルギー：394Kcal 蛋白質：15.7g 脂質：13.9g 塩分：1.7g</p>
<p>12 ご飯</p> <p>味噌汁 野菜コロッケ 切干大根のサラダ フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：466Kcal 蛋白質：15.8g 脂質：11.3g 塩分：1.2g</p>	<p>13 ご飯</p> <p>おでん汁 さんまの塩焼き 三色おひたし おかかふりかけ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ツナコーンドリア エネルギー：608Kcal 蛋白質：22.8g 脂質：26.3g 塩分：1.6g</p>	<p>14 ご飯</p> <p>冬野菜カレー ウインナー 白菜の即席漬け フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 ゼリー せんべい エネルギー：546Kcal 蛋白質：17.2g 脂質：17.1g 塩分：1.9g</p>	<p>15 ご飯</p> <p>味噌汁 豆腐とエビのケチャップ煮 ごぼうサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ウエハース 午後：麦茶 ビザ エネルギー：519Kcal 蛋白質：19.7g 脂質：18.3g 塩分：1.7g</p>	<p>16 ご飯</p> <p>味噌汁 鶏肉の唐揚げ 和風サラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ウエハース 午後：牛乳 ラスク エネルギー：510Kcal 蛋白質：21.0g 脂質：18.9g 塩分：2.0g</p>	<p>17</p> <p>きつねうどん 筑前煮 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 ワッフル せんべい エネルギー：398Kcal 蛋白質：13.4g 脂質：13.6g 塩分：1.7g</p>
<p>19 ご飯</p> <p>味噌汁 ぶりの照り焼き つるるん野菜チャイナ フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 メロンパン風トースト エネルギー：608Kcal 蛋白質：24.7g 脂質：22.3g 塩分：1.5g</p>	<p>20 ご飯</p> <p>洋風味噌汁 しらす入り卵焼き 五目きんぴら めかぶ納豆 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 スイートポテト エネルギー：590Kcal 蛋白質：26.3g 脂質：18.2g 塩分：1.6g</p>	<p>21 ご飯</p> <p>味噌汁 ちくわのポテトチーズ焼き しょうゆフレンチサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 中華まん エネルギー：528Kcal 蛋白質：19.5g 脂質：14.9g 塩分：2.0g</p>	<p>22 ご飯</p> <p>味噌汁 鮭の南蛮漬け 白菜のツナサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ウエハース 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：428Kcal 蛋白質：18.6g 脂質：9.6g 塩分：1.6g</p>	<p>23 ご飯</p> <p>スープ もみの木ハンバーグ ブロッコリーサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ココアドレーヌ エネルギー：554Kcal 蛋白質：17.6g 脂質：22.4g 塩分：1.7g</p>	<p>24</p> <p>塩そうめん 鶏肉と大根の煮物 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 タルト せんべい エネルギー：469Kcal 蛋白質：17.1g 脂質：19.8g 塩分：1.5g</p>
<p>26 ご飯</p> <p>味噌汁 はんぺんのフライ 青菜のなめ苺和え フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 シュガーロール エネルギー：480Kcal 蛋白質：18.4g 脂質：15.0g 塩分：1.6g</p>	<p>27 ご飯</p> <p>コーンクリームシチュー チキンナゲット コールスローサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 鮭わかめおにぎり エネルギー：530Kcal 蛋白質：19.5g 脂質：14.3g 塩分：1.2g</p>	<p>28 ご飯</p> <p>豚汁 鯖の味噌煮 青菜の磯部和え フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 年越し焼きそば エネルギー：527Kcal 蛋白質：20.8g 脂質：16.6g 塩分：2.0g</p>	<p>29 (年末休園)</p> 	<p>30 (年末休園)</p> 	<p>31 (年末休園)</p> 



12月 たまご組 後期食給食献立予定



日	曜	昼 食	軽 食
1	木	おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、かぼちゃのそぼろ煮	ミルクトースト
2	金	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、ブロッコリーサラダ	ふかし芋
3	土	《お遊戯会》	
5	月	おかゆ、スープ、ささみのうま煮、青菜の和え物	蒸しパン
6	火	おかゆ、すまし汁、豆腐のそぼろあんかけ、キャベツサラダ	パンケーキ
7	水	納豆がゆ、すまし汁、煮魚、肉じゃが煮風	さつまいもペーストサンド
8	木	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、ブロッコリーサラダ	そうめん汁
9	金	おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、ほうれん草のお浸し	野菜おじや
10	土	うどん汁、キャベツサラダ	ヨーグルト、白せんべい
12	月	おかゆ、味噌汁、じゃが芋のそぼろ煮、切り干し大根煮	かぼちゃペーストサンド
13	火	おかゆ、すまし汁、魚のほぐし煮、青菜の和え物	肉入りおじや
14	水	おかゆ、スープ、ささみのほぐし煮、白菜のお浸し	ヨーグルト、白せんべい
15	木	おかゆ、味噌汁、豆腐のそぼろあんかけ、かぼちゃの甘煮	うどん汁
16	金	おかゆ、味噌汁、鶏肉のうま煮、ブロッコリーサラダ	魚おじや
17	土	うどん汁、ほうれん草のお浸し	野菜おじや
19	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、じゃがいもの煮物	ミルクトースト
20	火	納豆がゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、さつまいもの甘煮	蒸しパン
21	水	おかゆ、味噌汁、鶏肉のうま煮、キャベツサラダ	そうめん汁
22	木	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、ほうれん草のお浸し	さつまいもペーストサンド
23	金	おかゆ、スープ、ささみのうま煮、ブロッコリーサラダ	カップケーキ
24	土	そうめん汁、大根サラダ	ヨーグルト、白せんべい
26	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、青菜の和え物	ミルクトースト
27	火	おかゆ、スープ、肉団子煮、キャベツサラダ	野菜おじや
28	水	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、かぼちゃサラダ	うどん汁
29	木	(年末休園)	
30	金	(年末休園)	
31	土	(年末休園)	

