

12月
よていこんだてひょう



～ 令和4年度栄養量～

目標	12月
エネルギー	404kcal 395kcal
たんぱく質	18.7g 17.9g
脂質	17.3g 17.3g
塩分	1.6g 1.7g

いわさきこども園

以上児(たんぽぽ組 ひまわり組 ふじ組)

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前	年長さん(ふじ組)の希望を献立に取り入れています。12月の希望献立は次の通りです。			牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	5日 チョコケーキ…りゅうわくん・そうすけくん 8日 グラタン…ゆうりさん・(ふ)れいなさん・せなさん・みくさん 12日 コーンコロッセ…ふうなさん 15日 ブロッコリーの和風サラダ…いちかさん 21日 チャーハン…いつきくん  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 今月のごはんのいない日 21日(水) </div>			洋風呉汁 鯖のカレー焼き ポテトサラダ ヤクルト	根菜汁 高野豆腐入り親子煮 オレンジ	麩の味噌汁 ハムチーズサンド キャベツの和風サラダ デザート
午後				幼児牛乳 ゆきのやどせんべい	豆乳プリン ほしたべよ	幼児牛乳 せんべい
				8	9	10
午前	幼児牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	かぶの味噌汁 チキンマーマレード煮 塩こんぶ野菜 ホワイトミニ きぼうこんだて	シーチキンカレー サラスパサラダ 野菜ジュース	わかめとうどん入りスープ そばろ肉じゃが バナナ	ふりかけ コンソメスープ グラタン きぼうこんだて りんご	クッパ風スープ 塩鮭の焼魚 ひじき煮 みかん缶	さつま芋の味噌汁 肉だんご 胡麻和え デザート
午後	牛乳 手作りチョコケーキ	お茶 ミニたい焼き	幼児牛乳 ホームパイ	お茶 豆腐入り白玉だんご	牛乳 クッキー	幼児牛乳 せんべい
	12	13	14	15	16	17
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳
昼食	白玉麩の味噌汁 コーンコロッセ きぼうこんだて ツナマカロニサラダ ヤクルト	南瓜のポタージュ ほっけの焼魚 白菜の風味和え グレープフルーツ	キャベツの味噌汁 すき焼き風煮 りんご	ハッシュドポーク きぼうこんだて ブロッコリーとパスタの和風サラダ オレンジジュース	きつねうどん風スープ 野菜とベーコンの卵炒め すりおろしりんごゼリー	大根の味噌汁 ミートオムレツ 海苔和え デザート
午後	まきばのヨーグルト 塩せんべい	牛乳 アンパンマンの手作りクッキー	牛乳 とんがりコーン	お茶 いなり寿司	幼児牛乳 みかんのタルト	幼児牛乳 せんべい
	19	20	21	22	23	24
午前	牛乳	牛乳	スポロン *ごはんのいない日*	牛乳	幼児牛乳 *ごはんのいない日*	幼児牛乳
昼食	コンソメスープ 鶏肉の照り焼き 彩りおひたし バナナ	もやしの味噌汁 鮭のムニエルケチャップソース ほうれん草ソテー パイン缶	チャーハン 中華スープ ナゲット きぼうこんだて 誕生会 野菜サラダ ヤクルト 	ワンドンスープ 豚肉と野菜のホイコーロー風 ぶどうジュース	 クリスマスバイキング	
午後	牛乳 マカロニきな粉	飲むヨーグルト かがみせんべい	牛乳 ケーキ	幼児牛乳 小魚アーモンド	アセロラゼリー ハッピーターン	幼児牛乳 せんべい
	26	27	28	29	30	31
午前	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳
昼食	なめことうどん入りスープ カレー肉じゃが オレンジ	すまし汁 鯖の塩焼き 南瓜煮 げんきヨーグルト	えのきの味噌汁 酢豚 バナナ	ポークカレー 和風サラダ りんごジュース	花麩の味噌汁 いわし煮魚 おひたし デザート	わかめの味噌汁 肉だんごの野菜あんかけ デザート
午後	牛乳 バームクーヘン	お茶 きな粉もち	幼児牛乳 源氏パイ	幼児牛乳 純米せんべい	幼児牛乳 ばかうけせんべい	幼児牛乳 クッキー

|
|