

鈴の花・ふろりある・みのりいちば保育園(一般)

2023年12月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前									1	牛乳、雪の宿	2	麦茶、カルシウムせんべい
昼食									あんかけ焼きそば、ごぼうとコーンのサラダ、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)		五目そぼろ丼、小松菜とえのき草のお浸し、みそ汁(キャベツ・あげ)	
午後									麦茶、(手)味噌焼きおにぎり		乳製品・菓子などのおやつ	
午前	4	麦茶、ぱりんこ	5	麦茶、ぼたぼた焼き	6	麦茶、たべっこ動物	7	麦茶、雪の宿	8	麦茶、ソフトサラダせんべい	9	麦茶、ココナッツサブレ
昼食	御飯、さけの塩焼き、切干し大根の旨煮、みそ汁(なす・わかめ)		カレーライス、もやしとちくわのあえもの、スープ(さつまいも)		御飯、肉豆腐、ほうれん草の納豆あえ、なめこ汁(チンゲン菜)		御飯、八宝菜、きゅうりの中華風サラダ、豆腐とにらのスープ		ロールパン、ほっけのフライ、小松菜のサラダ、ポトフ		ねぎ塩豚丼、白菜のおかか和え、みそ汁(しめじ・えのき)	
午後	牛乳、マリービスケット		牛乳、ビスコ		麦茶、りんごゼリー		麦茶、源氏パイ		牛乳、(手)きな粉のお麩ラスク		乳製品・菓子などのおやつ	
午前	11	麦茶、カルシウムせんべい	12	麦茶、ぱりんこ	13	麦茶、たべっこ動物	14	麦茶、ぼたぼた焼き	15	麦茶、雪の宿	16	麦茶、ソフトサラダせんべい
昼食	御飯、たららの照り焼き、大根とコーンのサラダ、五目みそ汁(鶏肉・さといも)		御飯、鶏のから揚げ、春雨サラダ、みそ汁(なす・にんじん)		御飯、干草焼き、筑前煮、みそ汁(はくさい・油あげ)		和風スパゲティ、じゃが芋とハムのソテー、オニオンスープ		御飯、さばのみそ煮、ブロッコリーのごまあえ、すまし汁(じゃが芋)		シチューライス、キャベツのツナマヨサラダ、コンソメスープ	
午後	牛乳、かにぱん		牛乳、マリービスケット		麦茶、アンパンマンポテト		麦茶、(手)鮭おにぎり		牛乳、ビスコ		乳製品・菓子などのおやつ	
午前	18	麦茶、カルシウムせんべい	19	牛乳、たべっこ動物	20	麦茶、ぼたぼた焼き	21	麦茶、雪の宿	22	麦茶、ソフトサラダせんべい	23	麦茶、ビスコ
昼食	御飯、あじのごま焼き、キャベツの磯あえ、豚汁		ドライカレーライス、マカロニサラダ、チキンスープ(かぶ)		豚そぼろ丼、もやしのごま酢あえ(ツナ)、みそ汁(ねぎ・さといも)		☆誕生日会献立☆、豚肉チャーハン、油淋鶏、きゅうりとささみの中華サラダ、わかめスープ(たまねぎ)		☆冬至献立☆、御飯、ほっけの塩焼き、冬至かぼちゃ、五目汁(れんこん・にんじん)		中華丼、三色ナムル、はるさめスープ(ごま・だいこん)	
午後	ジョアマスカット、源氏パイ		麦茶、ぱりんこ		牛乳、ココナッツサブレ		麦茶、(手)レアチーズケーキ		麦茶、みかん		乳製品・菓子などのおやつ	
午前	25	麦茶、カルシウムせんべい	26	麦茶、ぱりんこ	27	牛乳、たべっこ動物	28	麦茶、ぼたぼた焼き	29		30	
昼食	☆クリスマス会献立☆、ケチャップライス、ローストチキン、ポテトサラダ(ハム)、きらきらスープ		御飯、赤魚の竜田揚げ、小松菜と人参のごま和え、五目汁(さといも・ごぼう)		御飯、豚肉のしょうが焼き、チンゲン菜とちくわのさっと煮、みそ汁(かぶ・鶏)		きつねうどん、ほうれん草のお浸し、バナナ					
午後	牛乳、(手)クリスマスケーキ		野菜ジュース、源氏パイ		麦茶、ヨーグルト		牛乳、ココナッツサブレ					
エネルギー385kcal、たんぱく質14.3g、脂質12.2g、食塩1.3g												