



12月 給食予定献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)



2024年



| 日 曜 | 昼 食 | おやつ | 赤:血や肉になる | 黄:熱や力となる | 緑:調子をととのえる | (その他の食品) | エネルギー |
|------|--|---|---|---------------------------------------|--|--------------------------|-------|
| 2 月 | 親子丼 ツナと大根の炒め煮 白菜と油揚げのみそ汁 黄桃缶 | ベイクドポテト | 卵・鶏肉・焼きのり/ツナ缶 油揚げ・みそ | 米・油・砂糖・じゃが芋 | 玉葱・ねぎ・椎茸/大根・人参 白菜/黄桃缶 | みりん・醤油・だし | 537 |
| 3 火 | 鶏の西京焼き いとこ煮(小豆と南瓜の甘煮) ごはん 花魁と貝割れのお吸い物 オレンジ | ストロベリー ヨーグルト | 鶏肉・みそ/ゆで小豆 ヨーグルト | 砂糖・油/米/花魁 いちごジャム | 南瓜・インゲン/貝割れ オレンジ | みりん・塩・醤油・だし | 525 |
| 4 水 | さつま芋ごはん タラのマヨ照り焼き 小松菜のサッと炒め 木の子汁 リンゴ | きな粉マカロニ | タラ/鶏肉・みそ/きな粉 | 米・さつま芋・黒ごま 片栗粉・油・砂糖/ごま油 マカロニ・砂糖 | 小松菜・キャベツ・コーン にんにく/えのき・しめじ まいたけ・ねぎ/りんご | 塩・みりん・マドレ・醤油 こしょう・だし | 561 |
| 5 木 | お野菜たっぷり味噌ラーメン 春巻き ブロッコリーのお浸し キャンディチーズ | おかかとおにぎりの おにぎり | 豚肉/春巻き キャンディチーズ 花かつお | ラーメン・油/米 | もやし・玉葱・人参・木耳 ブロッコリー/コーン | 味噌ラーメンスープの素 だし・醤油 | 480 |
| 6 金 | バターロール/パン クリームシチュー コーンサラダ バナナ | カステラ | 鶏肉・牛乳 | ロールパン/じゃが芋・油 シチュールウ/カステラ | 玉葱・人参・グリーンピース コーン・キャベツ・胡瓜/バナナ | 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング | 436 |
| 9 月 | 煮込みハンバーグ インゲンとコーンのソテー ごはん 大根と油揚げのみそ汁 ゼリーアラモード | ふかし芋 | ハンバーグ/油揚げ・みそ いちごゼリー ホイップクリーム | 油/米/さつま芋 | 玉葱・トマト水煮/インゲン コーン/大根/みかん缶 パイン缶 | ケチャップ・ソース・塩 こしょう・だし | 660 |
| 10 火 | 塩おにぎり(2個) 雑煮 きな粉もち |  ピーチゼリー | 油揚げ/きな粉 ゼリーの素 | 米/もち米・砂糖 | 大根・人参 | 塩・醤油・だし | 463 |
| 11 水 | 発芽玄米ごはん 高野豆腐のから揚げ 小町和え 納豆 キャベツと若布のみそ汁 リンゴ |  黒糖ケーキ | 米・発芽玄米/高野豆腐・しょうが・にんにく・みりん・醤油・片栗粉・油 油揚げ・もやし・白ごま・醤油/納豆・ねぎ・醤油 キャベツ・わかめ・みそ・だし/りんご/ケーキミックス・黒砂糖 | | | | 543 |
| 12 木 | 味噌カツ いろいろ野菜のスパンテー ごはん 若布スープ 食べる小魚 |  のり塩ポテト | チキンカツ・みそ ウインナー/わかめ 食べる小魚/あおりの粉 | 油・砂糖/スパゲティ/米 じゃが芋 | 玉葱・赤パプリカ・黄パプリカ ピーマン/コーン・貝割れ | みりん・塩・こしょう・だし 醤油 | 652 |
| 13 金 | カレーライス(麦ごはん) チキンナゲット コールスロー みかん | バナナケーキ | 豚肉/チキンナゲット | 米・押麦・油・じゃが芋 カレールーウ/ケーキミックス | 玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/みかん//バナナ | 8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング | 656 |
| 16 月 | メンチカツ ツナとキャベツのマカロニサラダ ごはん 切干大根と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ | フルーチェ(いちご) | メンチカツ/ツナ缶/油揚げ みそ/キャンディチーズ 牛乳 | 油/マカロニ/米 フルーチェの素 | キャベツ・人参・コーン 切干大根 | マドレ・だし | 628 |
| 17 火 | 刻みきつねうどん ちくわの蒲焼き ふかし芋 バナナ | 菜めしおにぎり | 味付き油揚げ/ちくわ | うどん・油・片栗粉・砂糖 さつま芋/米 | ほうれん草・白菜・人参・ねぎ バナナ/菜めしの素 | みりん・だし・醤油 | 466 |
| 18 水 | ピビンバ風丼 ジャーマンポテト 豆腐と若布のみそ汁 パイン缶 | ジャムサンド | 鶏肉/ウインナー 木綿豆腐・わかめ・みそ | 米・白ごま・ごま油・砂糖 じゃが芋・油/食パン いちごジャム | もやし・ほうれん草・しょうが にんにく/玉葱・パセリ パイン缶 | みりん・醤油・塩・こしょう だし | 562 |
| 19 木 | フライドチキン 花野菜のソテー ごはん アルファベットマカロニのスープ ピーチケーキ |  青りんごゼリー | 鶏肉/ウインナー ゼリーの素 | 小麦粉・油/米/マカロニ ケーキミックス | しょうが・にんにく/ブロッコリー カリフラワー・赤パプリカ 黄パプリカ/コーン/黄桃缶 | 塩・こしょう・醤油・コンソメ | 581 |
| 20 金 | 南瓜コロッケ ナポリタンスパ ごはん キャベツと若布のスープ みかん |  ミルクケーキ | 南瓜コロッケ/鶏肉 わかめ | 油/スパゲティ/米 ミルクケーキ | 玉葱・ピーマン・人参/キャベツ みかん | ケチャップ・塩・こしょう 醤油・だし | 610 |
| 23 月 | 白身魚フライ 大根とちくわの旨煮 ごはん 白菜と若布のみそ汁 プチゼリー | 中華風カステラ | 白身魚フライ/ちくわ わかめ・みそ/プチゼリー | 油・砂糖/米/ケーキミックス ごま油 | 大根・人参・インゲン・しょうが 白菜/レーズン | 醤油・みりん・だし | 514 |
| 24 火 | 鶏の照り焼き 三色野菜の和風マヨ和え ごはん さつま芋と玉葱のみそ汁 食べる小魚 | ハッシュドポテト | 鶏肉・みそ/食べる小魚 | 砂糖・油/米/さつま芋 ハッシュドポテト | 青菜・切干大根・人参/玉葱 | 醤油・みりん・マドレ・だし | 594 |
| 25 水 | 中華飯 里芋のから揚げ 具沢山の春雨スープ リンゴ | レモンケーキ | むきえび・豚肉 | 米・砂糖・ごま油・片栗粉 里芋・油/春雨/ケーキミックス | もやし・玉葱・人参・木耳 しょうが・にんにく/キャベツ ピーマン・赤パプリカ・椎茸 りんご/レモン | 醤油・中華味・みりん・塩 こしょう | 509 |
| 26 木 | 肉じゃがコロッケ 野菜炒め ごはん 油揚げと若布のスープ パイン缶 | ブルーベリー ヨーグルト | 肉じゃがコロッケ/鶏肉 油揚げ・わかめ ヨーグルト | 油/米/ブルーベリージャム | キャベツ・玉葱・しめじ・人参 ピーマン・にんにく/パイン缶 | 塩・こしょう・醤油・だし | 500 |
| 27 金 | ハヤシライス ツナサラダ オレンジ | 焼き芋 | 豚肉/ツナ缶 | 米・油・じゃが芋 ハヤシルーウ/さつま芋 | 玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/オレンジ | 手作りドレッシング | 585 |

材料等の都合により献立を変更することがございます。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:556kcal 脂質:16.2g たんぱく質:14.9g 炭水化物:89.7g 食塩相当量:1.7g