		^##	
2023年 12月 幼児献立表	エネルギー たんぱく質 1~2歳 460kcal 18g 3~5歳 515kcal 20g	今年度 初めての食材	牛肉 ・ コーンスターチ ・ もち米 ・ 三つ葉

午前補食 材料名	
	エネルギー(kc
日 曜 昼食	たんぱく質(g
おやつ 血や肉になるもの 力や熱になるもの 体の調子を整えるもの	その他 カルシウム(m
4.4 午前補食 牛乳 牛乳	523
11 「飯屋 / オレンジ 米 オレンジ	523
DE 日 日 日 日 のりノリひじき 砂糖・酒・みりん・ごま・ごま油 ひじき・焼きのり 塩・醤油	19.1
25 月 昼食 切りプリロン 1986・月・カッカンとよっとよか 1998・月・カッカンとよっとよか 1998・カラカンカン・酒・砂糖・マコドレ 小ねぎ 2008・カーカン・カーカン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カーショ・ファン・カン・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	19.1
のっぺい汁 鶏肉 里芋 人参・ごぼう・しいたけ・グリンピース 塩・醤油・だ	ごし(かつお節・昆布)
おやつ スパゲッティナポリタン ウィンナー スパゲッティー 玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト缶・ケチャッブ 塩・ウスター	-ソ-ス 226
12 午前補食 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 トラ トラ トラ トラ トラ トラ トラ ト	F40
ほうとう風煮込みうどん 鶏肉・味噌 うどん かぼちゃ・大根・人参・しめじ・長ねぎ 醤油・だし((かつお節・昆布) 540
図食 切干大根のナムル 砂糖・ごま油 切干大根・ほうれん草 醤油	18.3
26 火 W W	18.3
おやつ 芽ようかん 牛乳 さつま芋・砂糖 寒天	04.0
ばんべい 塩せんべい・クラッカー	218
日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	526
- 中華丼	
27 水 昼食 もやしのマヨサラダ 砂糖・マヨドレ もやし・ホールコーン・人参・わかめ 醤油・酢	20.8
中華スープ回腐・小ねぎ) 豆腐 かねぎ 類がら・翻り	ф
おやつ 和風きなこサンド きなこ・あんこ・牛乳 食パン パナナ 塩	184
左前雄會 上羽 上羽	
4	515
たらのカリカリ国フコはき たら フコドリ・サラガウ エヤギ・キのり 塩	
28 木 昼食 「このジアルグル回水 コルピートランタ マコドピ・リングル は キャベツ・玉ねぎ・人参 醤油・コンソ	21.7
かぼちゃのボターシュ 牛乳 パター かぼちゃ・玉ねぎ 塩・コンソン	٧
おやつ 鶏ごぼうご飯 鶏肉 米・酒・砂糖 ごぼう・人参・グリンピース 醤油	233
左前a在	
1	518
原理げの才き姓き図者 原理げ・阪内 しらたき・海・沙特・みいん エカギ・しょうが・人参・しかじ 超池	
5 金 昼食 「神師」」が30 「おい ない	(かつお節・昆布) 19.7
みそ汁(ほうれん草・えのき) 味噌 ほうれん草・えのき だし(かつお)	節・昆布)
ナントロ にんじんゼリー ゼラチン 砂糖 人参・りんごシュース・寒天	223
おやつ クラッカー クラッカー	
○ 午前補食 牛乳 牛乳	404
2	491
IC	10.5
6	19.5
みぞ汁(玉ねぎ・ほうれん草) 味噌 玉ねぎ・ぼうれん草	105
おやつ せんべい / クラッカー 塩せんべい・クラッカー	195
左前246	510
	1つお節・昆布) 519
鶏肉の漬け焼き 鶏肉 酒・ごま・サラダ油 小ねぎ 醤油	
	(つお節・昆布) 22.9
	し(かつお節・昆布)
1/2++	
Ω おやつ 選生のアーキのほちゃ・レーズン 牛乳 米粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油 かぼちゃ・レーズン	225

В	een	午前補食		材料名				エネルギー(kcal)
	曜	昼食 献立 おやつ	献立名	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g) カルシウム(mg
4		午前補食	牛乳	牛乳				550
			根菜のカレー	豚肉	米・サラダ油・さつま芋・カレールゥ・片栗粉	ごぼう・れんこん・人参		
18 月	月	昼食	人参とキャベツのしらす和え	しらす	ごま・砂糖	人参・キャベツ	塩・醤油・酢	19.6
		おやつ	オレンジ 大根もち	干しえび	米粉・ごま油	オレンジ 大根・小ねぎ	塩・醤油・酢	255
		午前補食	牛乳	生乳.	米物 こな旭	NIK THAC	3E 25/E 6F	
5		T HUTHE	ご飯	7-96	*			511
19		昼食	鶏のさっぱり煮	鶏肉	さつま芋・砂糖・酒	人参・たけのこ水煮・しめじ・さやいんげん	酢・醤油	
	火			かつお節	220.3 040 10	プロッコリー・人参	醤油	20.7
			みそ汁(なめこ・長ねぎ)	味噌		なめこ・長ねぎ	だし汁(かつお節・昆布)	
		おやつ	みそ蒸しパン(米粉)	味噌	米粉・砂糖・ベーキングパウダー	330 2.00	2011	191
_		午前補食	牛乳	牛乳	7000 W 10 1 1 2 2 7 1 3 2			
6		1 031002	フランスパン / バナナ	1 30	フランスパン	バナナ		534
	水	昼食	トマトグラタン	鶏肉・チーズ	じゃが芋・オリーブ油・バター	玉ねぎ・ほうれん草・トマト缶・にんにく・青のり	塩	
20	۸,۲		厚揚げともやしのソテー	厚揚げ	サラダ油	もやし・しめじ・さやいんげん	塩・コンソメ	20.1
			コンソメスープ(キャベツ・コーン)	(子)物()	9 0 9 //	キャベツ・ホールコーン	塩・醤油・コンソメ	
		おやつ	里芋だんご	あんこ	里芋・片栗粉・ごま・サラダ油	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	畑 醤油 コンフハ	294
			せんべい	8070C				
7		午前補食	とんこつ風ラーメン	豚肉・味噌・牛乳	塩せんべい 中華麺・みりん・ごま・ごま油・片栗粉	キャベツ・もやし・しいたけ・人参・小ねぎ・にんにく・しょうが	醤油・鶏がら	530
		昼食	豆腐サラダ	豆腐・ツナ缶	砂糖・オリーブ油	わかめ・ホールコーン・玉ねぎ	醤油・酢	
21	木	些民	りんご	豆肉・フノロ	砂棉・カリーノ油	りんご	1857CD * EIF	20.4
			しろくま風ヨーグルト	あずき・ヨーグルト	砂糖	みかん缶・もも缶・パイナップル缶		
		おやつ	コーンフレーク	096.7 7/01.	コーンフレーク	00070W - 00W - 7117 9270W		216
		午前補食	牛乳	牛乳	3-270-9			
8		十削補民	菜めし	十升	米・酒	かぶの葉	塩・醤油	501
22 金			さばの塩焼き	さば	X - /a	大根	塩・醤油	
	金	昼食	こんにゃくとれんこんの金平	CIA	こんにゃく・ごま・サラダ油・砂糖・みりん	れんこん・人参・しめじ	醤油	19.2
			みそ汁(かぼちゃ・かぶ)	味噌	こんにゃく・こな・グラダ油・砂棉・砂りん	かぼちゃ・かぶ	だし汁(かつお節・昆布)	
至❤		おやつ	レモンラスク	4V-10	食パン・パター・砂糖	レモン果汁	/C O/1 (/J. 283El) - ES1D/	177
		午前補食	4乳	牛乳	B(1/2 - 11/9 - 19/65	ひとク来方		
9		THUUH DE	高野豆腐のかば焼き丼	高野豆腐	片栗粉・サラダ油・砂糖・みりん	小ねぎ	醤油・だし汁(かつお節・昆布)	534
		土 昼食		しらす	ごま・砂糖	ほうれん草・人参	醤油	
23	土		みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)	059	C& - 1946	13 J1 1/0 = - N 9		20.1
			みて汗(油揚げ・玉ねる)				だし汁(かつお節・昆布)	
		おやつ	せんべい / クラッカー		塩せんべい・クラッカー			294
		午前補食	牛乳	牛乳	温 070 (01・ クラッカ			
生日		一日リ州民	雪だるまライス	十十6	M.	人参・焼きのり・グリンピース		547
			ビーフシチュー	牛肉	米粉・サラダ油・バター	大多・焼きのり・グリンピース 玉ねぎ・人参・グリンピース・トマト缶・ぶどうジュース	塩・ウスターソーフ・喰がた	ļ
		昼食	コールスローサラダ	+1/4	砂糖・オリーブ油	キャベツ・きゅうり・人参・ホールコーン	塩・酢	18.9
			オレンジ		砂棉・オリーノ油	オレンジ	温·BF	
/ =>			1000			3000		0.47
		おやつ	誕生日ケーキ(ショートケーキ)	ヨーグルト	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・コーンス ターチ・粉糖・サラダ油	かぼちゃ・いちご・いちごジャム		247
ノスマス		午前補食	牛乳	牛乳				557
			リース型ガーリックライス		米・オリーブ油	人参・玉ねぎ・にんにく・青のり	コンソメ	337
		昼食	ローストチキン	鶏肉	みりん	しょうが・にんにく	塩・醤油	20.1
		些民	ブロッコリーと豆腐の韓国風サラダ	豆腐	砂糖・ごま・ごま油	ブロッコリー・焼きのり	醤油・酢・鶏がら・オイスターソース	20.1
			コーンスープ		シチュールウ	コーンクリーム缶・ホールコーン・玉ねぎ	コンソメ	
ŧ		おやつ	クリスマスケーキ	牛乳	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油・ さつま芋・粉糖	ほうれん草		223
		午前補食	牛乳	牛乳				540
うつき		. 13311022	おもち(磯部・きなこ)	きなこ	米・もち米・砂糖	焼きのり	醤油・だし(かつお節・昆布)	519
			鶏肉の漬け焼き	鶏肉	酒・ごま・サラダ油	小ねぎ	醤油	
	水	昼食	小松菜のえのき和え		酒・砂糖	小松菜・えのき	醤油・だし(かつお節・昆布)	22.9
	73.		沢煮椀	me rh	洒	大根・人参・ごぼう・しいたけ・三つ葉・しょうが	塩・醤油・だし(かつお節・昆布)	
Ω			バナナ	鶏肉	/4	パナナ	塩・醤油・たび切りの飼・貼刊	225