

令和6年12月献立表

からまつ保育園

からまつ保育園 A.R.E
Action! Respect! Enjoy!



12月の旬食材

今月のチャレンジ食材は「れんこん」です！

野菜：小松菜、キャベツ、白菜、
ブロッコリー、カリフラワー、
にんじん、大根、れんこん

果物：りんご、みかん、ラフランス

魚介類：さば、ぶり、さわら



日にち	2	3	4	5	6	7
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	きゅうり 中華丼 ナムル わかめスープ カルピス寒天	にんじん ゆかりごはん 擬製豆腐 れんこんといんげんのきんぴら じゃがいもと長ねぎの味噌汁 みかん	きゅうり ナポリタン コロネーションサラダ ハムとコーンのスープ グレープ寒天	食パン 胚芽米 たくあん 焼きさばのみぞれ煮 五色和え 厚揚げの味噌汁 ヨーグルト	にんじん パンケーキ れんこん入りごちそうポテトサラダ ちくわの豆乳チャウダー アップル寒天	ビスケット 味噌ラーメン ささみとわかめの和え物 オレンジ寒天
おやつ	からまつ豆腐ドーナツ ミルク	ピーチババロア ミルク	ツナのお好み焼き 麦茶	マッシュポテトとひき肉のグラタン 麦茶	おからマフィン ミルク	デコレーションプリン 麦茶
エネルギー	乳児 430 幼児 541	乳児 409 幼児 537	乳児 400 幼児 535	乳児 421 幼児 539	乳児 451 幼児 598	乳児 400 幼児 500
延長食	じゃがいももち	お麩ラスク	ジャムクラッカーサンド	マカロニきなこ	ヨーグルト	チーズクラッカーサンド
日にち	9	10	11	12	13	14
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	にんじん 胚芽米 ふりかけ 鶏の照り焼き 三色おから和え けんちん汁 フルーツ寒天	きゅうり 外国メニュー ～ドイツ～ 	食パン 長崎ちゃんぽん れんこんのあおりのフライ ヨーグルト	にんじん 胚芽米 フィッシュシチュー シーザーサラダ ほうれん草のスープ グレープ寒天	きゅうり わかめごはん れんこん入り鶏つくね キャベツと桜えびの和え物 大根の味噌汁 みかん	おせんべい 和風スパゲティ ポテトサラダ コンソメスープ アップル寒天
おやつ	豆乳チーズケーキ ミルク		みたらしじゃがいももち ミルク	きのこカリフラワーのキッシュ ミルク	フレンチトースト 麦茶	スイートポテト 麦茶
エネルギー	乳児 455 幼児 580	乳児 442 幼児 596	乳児 415 幼児 528	乳児 420 幼児 533	乳児 437 幼児 571	乳児 402 幼児 502
延長食	ジャムクラッカーサンド	マカロニきなこ	お麩ラスク	ヨーグルト	チーズクラッカーサンド	ビスケット
日にち	16	17	18	19	20	21
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	にんじん れんこん入りチキンカレー にんじんドレッシングサラダ キャベツスープ ヨーグルト	食パン 胚芽米 酢豚 春雨サラダ 中華風かき玉汁 カルピス寒天	きゅうり バターロール ポークビーンズ 冬野菜のホットサラダ 小松菜のスープ フルーツポンチ	食パン ひるぜん焼きそば(岡山県) ちしやなます(山口県) えびみそ汁(香川県) みかん(愛媛県) 中国・四国	にんじん お赤飯 鮭の味噌マヨ焼き 炒り玉子とほうれん草のごま和え えびしんじょのすまし汁 12月のパースディケーキ	クッキー 肉南うどん かぼちゃのそぼろ煮 ヨーグルト
おやつ	焼きビーフン 麦茶	にんじんケーキ ミルク	手作りポテトチップス ミルク	パンナコッタ レモンソース(広島県) ミルク	プチピザ ミルク	オレンジゼリー ビスケット 麦茶
エネルギー	乳児 415 幼児 530	乳児 458 幼児 580	乳児 404 幼児 512	乳児 412 幼児 529	乳児 420 幼児 552	乳児 405 幼児 526
延長食	お麩ラスク	ヨーグルト	チーズクラッカーサンド	じゃがいももち	マカロニきなこ	ジャムクラッカーサンド
日にち	23	24	25	26	27	28
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	食パン 五目チャーハン 春巻き ブロッコリー くずし豆腐のスープ グレープ寒天	きゅうり 三色丼 れんこんと高野豆腐の煮物 ほうれん草の味噌汁 ヨーグルト	食パン お楽しみ クリスマスメニュー	にんじん ゆかりおにぎり 松風焼き 卵の花 お雑煮風すまし汁 カルピス寒天	きゅうり 年越しうどん 野菜の白和え みかん	クッキー カレーライス フレンチサラダ オニオンスープ アップル寒天
おやつ	小松菜のクリームパスタ ミルク	しらすピザ ミルク	フルーツコーンフレーク 麦茶	パルミエ ミルク	豆乳プリン 麦茶	クリームパン 麦茶
エネルギー	乳児 450 幼児 585	乳児 443 幼児 573	乳児 430 幼児 600	乳児 400 幼児 570	乳児 400 幼児 524	乳児 403 幼児 582
延長食	じゃがいももち	マカロニきなこ	ヨーグルト	チーズクラッカーサンド	お麩ラスク	おせんべい
日にち	30	31				
曜日	月	火				
給食	休園日	休園日				
おやつ						
延長食						

栄養価 乳児 エネルギー：424kcal、たんぱく質：18.4g、脂質：16.3g、食塩相当量：1.8g、カルシウム：199mg
(1か月平均) 幼児 エネルギー：527kcal、たんぱく質：22.0g、脂質：20.5g、食塩相当量：2.2g、カルシウム：210mg