



12月 幼児用給食献立表



まつぼっくり保育園

2022年

日	曜日	給食	おやつ
1	木	あったかカレーうどん 焼きししゃも ほうれん草サラダ りんご	フルーツヨーグルト 麦茶
2	金	餅つき(お雑煮 みかん)	鮭わかめおにぎり 麦茶
3	土	ハッシュドポーク もやしのスープ かにかまサラダ フルーツ	ポップコーン 牛乳
4	日		
5	月	炊きたてごはん もやしの味噌汁 豚肉の生姜焼き キャベツの胡麻和え マカロニサラダ パイナップル	インドのサモサ 牛乳
6	火	ほんのり甘い黒糖パン コーンチャウダー 鮭フライ フレンチサラダ トマト オレンジ	炒飯 野菜ジュース
7	水	ごはん 厚揚げの味噌汁 パリパリ春巻き ひじきの煮物 野菜の納豆和え りんご	ココア蒸しパン 牛乳
8	木	お肉たっぷりミートソーススパゲッティ かぶのスープ ちくわサラダ ブロッコリーの胡麻マヨあえ バナナ	大学芋 牛乳
9	金	どっちがいいかな? ふりかけごはん キャベツの味噌汁 かじきのケチャップ和え 金平れんこん 小松菜のかにかまあえ みかん	フランスパンフレンチトースト 牛乳
10	土	焼き肉丼 豆腐の味噌汁 ツナサラダ フルーツ	プリン せんべい 麦茶
11	日		
12	月	ゆかりごはん 大根の味噌汁 豚じゃがボール かみかみさきいかサラダ チンゲン菜の炒め物 パイナップル	すいとん ビスケット 麦茶
13	火	炊き込みご飯 白菜の味噌汁 鱈の照り焼き さっぱり切り干し大根の酢の物 かぼちゃサラダ みかん	チーズケーキ 牛乳
14	水	湯種パン もちもち押し麦スープ ポークピカタ ツナサラダ 真っ赤なトマト ぶどうゼリー	そばめし カルピス
15	木	真っ白ごはん 三平汁 つくねの照り焼き さつまいものレモン煮 野菜の海苔和え りんご	何巻く?しきしき 牛乳
16	金	天ぷらうどん わかめの酢の物 トマト バナナ	カリカリ凍り豆腐ラスク 牛乳
17	土	中華丼 玉葱の味噌汁 コーンサラダ フルーツ	ヨーグルト ビスケット 麦茶
18	日		
19	月	具だくさんけんちんうどん 鶏肉のごま味噌焼き りんごサラダ ヨーグルト	おからドーナツ 牛乳
20	火	大好きわかめごはん 冬のあったか汁 豆腐の肉巻きカツ かぶの梅おかかあえ ポテトサラダ りんご	クロックムッシュ 牛乳
21	水	手作りパン えのきのふわふわスープ パーベキューチキン コールスローサラダ ブロッコリーの塩昆布あえ バナナ	味噌おにぎり 昆布 麦茶
22	木	炊きたてごはん なすの味噌汁 鱈の胡麻焼き 小松菜の和え物 かぼちゃのいとこ煮 みかん	手作りクッキー 牛乳
23	金	クリスマス会(サンタとトナカイのおにぎり お星様スープ 唐揚げ ゆでブロッコリー ツリーポテトサラダ プチカップゼリー)	バナナサンタ ホットココア
24	土	焼きそば わかめスープ かにかまサラダ フルーツ	お麩ラスク 牛乳
25	日		
26	月	食パン(ジャム) ミネストローネ アメリカンハンバーグ 人参グラッセ ほうれん草ソテー みかん	たこ焼き風揚げじゃが 牛乳
27	火	ふっくらごはん 豆腐となめこの味噌汁 鮭の西京焼き 切り干し大根の煮物 キャベツの甘酢和え りんご	ホットドッグ 牛乳
28	水	年越しラーメン 揚げギョーザ トマトサラダ フルーツ	おにぎり 麦茶
29	木	休園日	
30	金	休園日	
31	土	休園日	
		3~5歳児エネルギー	593Kcal
		3~5歳児たんぱく質	23.5g

※赤字の献立は行事食です。

仕入の都合により
献立を変更するこ
とがありますので
ご了承ください。



- 2日(金) 餅つき
- 22日(木) 冬至
- 23日(金) クリスマス会 事務所の先生が考えてくれました!
- 28日(水) 年越しラーメン よいお年を!

