

# 12月の予定献立表

発行日:2021年11月30日  
作成者:日野 かおり

	月	火	水	木	金	土
午前			1 牛乳	2 野菜ジュース	3 牛乳	4 牛乳
昼食			ビーンズカレー コールスローサラダ キウイフルーツ	ごはん 味噌汁 魚のピカタ チーズサラダ	炊き込みごはん すまし汁 豚肉のしょうが焼き 粉ふきいも	シーフードスパゲティ 野菜スープ きゅうりのマリネ
午後			牛乳 ジャムサンド	牛乳 肉まん	お茶 フルーツポンチ	牛乳 せんべい
午前	6 牛乳	7 牛乳	8 牛乳	9 牛乳	10 牛乳	11 グレープジュース
昼食	スティックパン ミルクスープ ハンバーグ グラッセ	うどん ちりめん野菜のかき揚げ りんご	スタミナ納豆丼 三平汁 いちごヨーグルト	ごはん 豚汁 鯖のいり焼き ブロッコリーのおかか和え	ごはん 卵スープ 鶏肉のクラッカー焼き フレンチサラダ	キッズピビンバ 中華風はんぺんのスープ バナナ
午後	お茶 ツナそぼろおにぎり	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 麩のラスク	牛乳 クリームワッフル	牛乳 かぼちゃチップ	牛乳 ポップコーン
午前	13 牛乳	14 牛乳	15 飲むヨーグルト	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳
昼食	ごはん 味噌汁 レバーと芋の甘辛煮 ごま和え	マーボー丼 わかめスープ 春雨サラダ	ごはん すまし汁 白身魚のタルタルソース パプリカソテー	ハヤシライス さつまいものマ・マレド・煮 レーズンサラダ	鮭ごはん なめこ汁 おでん風煮 みかん	ベーコンピラフ トマトスープ マカロニサラダ
午後	牛乳 ココア蒸しパン	お茶 牛乳ゼリー	牛乳 カナッパ	牛乳 ミニドーナツ	牛乳 コーンマヨトースト	牛乳 パームクーヘン
午前	20 牛乳	21 牛乳	22 牛乳	23 牛乳	24 りんごジュース	25 牛乳
昼食	郷土料理(近畿・東海) ごはん ばち汁 味噌カツ 大根サラダ	ごはん 味噌汁 魚の南蛮漬け 五目煮豆	誕生日会 チキンライス コーンスープ 鶏の唐揚げ 彩りサラダ・ゼリー	食パン ビーフシチュー ハムサラダ バナナ	ごはん ソーセージスープ 魚のオーロルソース焼き きんぴら	ひじきチャーハン すまし汁 ゆかり和え
午後	牛乳 お好み焼き	牛乳 芋けんぴ	牛乳 クリスマスケーキ	お茶 菜飯おにぎり	お茶 焼きうどん	牛乳 シュークリーム
午前	27 牛乳	28 牛乳				
昼食	わかめごはん けんちん汁 煮魚 切干大根のさっぱり和え	チャンポン ツナとじゃが芋の煮物 みかん				
午後	お茶 きなこマカロニ	お茶 プリン				

**給食だより**

今年も残すところ1ヶ月となりました。

寒い冬を元気に過ごすために、バランスのよい食生活を心がけましょう。

今月20日は近畿・東海地方の郷土料理です。ばち汁とは兵庫県、播州地方の郷土料理で、そうめんの端の部分を切り落としたものが三味線の「ばち」の形に似ていることからこの名前がついたそうです。

22日はクリスマス誕生日会です。おやつには、クリスマスケーキを予定しています。

**献立平均給与栄養量**

エネルギー 478kcal

たんぱく質 19.8g

脂質 16.1g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

