

献立表

令和4年12月

社会福祉法人 白桜会

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料
1	14	木 水	ビスケット ごはん	鶏肉の照り焼き チャイナサラダ みそ汁(なめこ 豆腐)	鶏肉 にんにく しょうが もやし きゅうり ハム コーン なめこ 豆腐	あずき蒸しパン 牛乳	ホットケーキ粉 豆乳 あずき
2	16	金	せんべい ごはん	ポークカレー ツナコーンサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ ツナ きゅうり コーン フルーツ	マカロニあべかわ 麦茶	マカロニ きな粉
3	17	土	せんべい 麺	鶏南蛮うどん ふかしいも フルーツ 牛乳	うどん 鶏肉 にんじん ごぼう 玉ねぎ 長ねぎ じゃがいも フルーツ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ
5	19	月	ステーキ ビスケット ごはん	さわらの磯辺焼き 五目煮 みそ汁(大根 油揚げ)	さわら 青のり 鶏肉 さといも にんじん 大豆 いんげん 大根 油揚げ	フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳
6	20	火	リッツ ごはん	麻婆豆腐 ツナのチャプチェ 中華スープ	豚肉 豆腐 しいたけ 長ねぎ ツナ にんじん 春雨 きゅうり にんにく わかめ 玉ねぎ	クリームパン 牛乳	クリームパン
7	21	水	せんべい パン	さつまいもシチュー コールスローサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 さつまいも にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり ハム コーン フルーツ	ゆかりおにぎり 麦茶	米 ゆかり
8	22	木	ビスケット ごはん	肉豆腐 いんげんのごま酢和え みそ汁(じゃがいも えのき)	豚肉 豆腐 にんじん 大根 たけのこ もやし 玉ねぎ いんげん ごま じゃがいも えのき	ナポリタン 牛乳	スパゲティ 鶏肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン
9	金	チーズ	ごはん	ミートローフ 切干大根の煮物 みそ汁(白菜 お麩)	鶏肉 玉ねぎ にんじん グリンピース 切干大根 油揚げ いんげん 大豆 白菜 お麩	フルーチェ せんべい 麦茶	フルーチェ 牛乳 せんべい
10	24	土	せんべい 麺	ミートソーススパゲティ コンソメスープ フルーツ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん 玉ねぎ トマト もやし コーン フルーツ	10日かぼちゃサン ド 24日 菓子パン 麦茶	10日 食パン かぼちゃ 24日 菓子パン
12	26	月	ステーキ ビスケット ごはん	鯖のカレー焼き ひじきの煎り煮 みそ汁(白菜 ねぎ)	さば カレー粉 ひじき にんじん ちくわ いんげん れんこん 白菜 ねぎ 油揚げ	塩焼きそば 牛乳	中華麺 豚肉 もやし にんじん キャベツ
	27	火	ビスケット ごはん	親子煮 白菜の塩昆布和え みそ汁(さつまいも 玉ねぎ)	鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 グリンピース しいたけ 白菜 きゅうり 塩昆布 さつまいも しめじ	ぼうしパン 牛乳	ロールパン 卵 マーガリン
	28	水	リッツ ごはん	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 にんじん ほうれん草 もやし ごま わかめ ねぎ パナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
23	金	チーズ	ごはん	ローストチキン 星ポテト ブロッコリーとチーズのサラダ コンソメスープ	鶏肉 にんにく じゃがいも ブロッコリー チーズ にんじん ハム 玉ねぎ もやし コーン	クリスマスケーキ 牛乳	ロールケーキ いちご ホイップクリーム
13	火	チーズ	お弁当の日			肉まん 麦茶	肉まん
15	木	リッツ	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ 豆腐 スパゲティ きゅうり ハム にんじん キャベツ コーン	いなり寿司 麦茶	米 油揚げ ごま	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ✿バターロール
- ✿ハンバーグ
- ✿スパゲティサラダ
- ✿野菜スープ

※都合により、多少献立を変更する事があります。ご了承ください

今月の平均栄養摂取量	
3歳未満児	3歳以上児
エネルギー / たんぱく質	エネルギー / たんぱく質
435 kcal / 16.7g	538 kcal / 21.7g