

献立表

令和 5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	15	金	ステーキ ビスケット	ごはん	ハヤシライス シルバーサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 ジャが芋 にんじん 玉ねぎ グリーンピース はるさめ きゅうり ハム マヨネーズ オレンジ	1日ぶどうゼリー 15日フルーチェ クラッカー/麦茶	1日ぶどうジュース みかん缶 アガー 15日フルーチェ 牛乳 クラッカー
2	16	土	せんべい	麺	五目うどん ふかし芋 フルーツ 牛乳	鶏肉 ほうれん草 にんじん 長ねぎ ごぼう さつま芋 パナナ	2日菓子パン 16日メロンラスク 麦茶	2日菓子パン 16日食パン バター ホットケーキ粉
4	18	月	ステーキ ビスケット	ごはん	さばのカレー焼き 大根の煮物 みそ汁	さば カレー粉 豚肉 にんじん だいこん いんげん なめこ わかめ 長ねぎ	フレンチトースト (ココア) 牛乳	食パン 牛乳 ココア
5	19	火	チーズ	ごはん	麻婆豆腐 バンサンスー 中華スープ	豆腐 豚肉 長ねぎ にんじん しいたけ はるさめ きゅうり ハム 卵 はくさい なら 玉ねぎ	ころころ焼き芋 牛乳	さつま芋
6	20	水	せんべい	パン	クリームシチュー ちりめんサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 ジャが芋 にんじん 玉ねぎ しめじ しらす キャベツ きゅうり コーン オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ
7	木	ビスケット	ごはん	豚肉の生姜焼き 小松菜のり和え みそ汁	豚肉 玉ねぎ まいたけ こまつな にんじん のり さつま芋 長ねぎ しめじ	りんごケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 りんご バター 卵	
8	22	金	チーズ	ごはん	れんこんバーグ 白菜のツナ煮 みそ汁	豚肉 れんこん 豆腐 玉ねぎ はくさい ツナ にんじん えのき だいこん 油あげ	ふかふか かぼちゃクック キー 牛乳	かぼちゃ 小麦粉
9	23	土	せんべい	麺	ミートスパゲティ コンソメスープ フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ にんじん トマト キャベツ ブロッコリー バナナ	焼き芋 麦茶	さつま芋
11	月	ステーキ ビスケット	ごはん	あじの照り焼き 五目煮 みそ汁	あじ 大豆 豚肉 にんじん いんげん さと芋 はくさい 油あげ	ナポリタン 牛乳	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ ピーマン	
13	27	水	チーズ	ごはん	鶏肉のゴマ味噌焼き もやしサラダ 根菜汁	鶏肉 ごま もやし ツナ きゅうり コーン にんじん さと芋 ごぼう 長ねぎ しいたけ	青のりスナツ麩 牛乳	麩 青のり マヨネーズ
14	木	ビスケット	ごはん	肉豆腐 ほうれん草しらす和え みそ汁	豚肉 豆腐 だいこん たけのこ にんじん 玉ねぎ もやし ほうれん草 しらす さつま揚げ わかめ 長ねぎ	さつま芋餅 (みたらし) 牛乳	さつま芋 片栗粉	
25	月	ステーキ ビスケット	パン	ミートローフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース ブロッコリー ツナ コーン いんげん マヨネーズ 玉ねぎ キャベツ ジャが芋 マカロニ	クリスマスケーキ 牛乳	おたのしみ	
26	火	ビスケット	おもち	おもち 豚汁 みかん	もち米 きな粉 ごま のり 豚肉 にんじん だいこん さと芋 豆腐 長ねぎ ごぼう みかん	ミルクプリン クラッカー 麦茶	ミルクプリン クラッカー	
28	木	せんべい	ごはん	キーマカレー マカロニサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 豚肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン トマト マカロニ きゅうり コーン マヨネーズ オレンジ	サクサクパイ 麦茶	パイ生地	
12	火	せんべい	お弁当の日				ジャムサンド 麦茶	食パン 練乳 バター プルベージュ ヌム
21	木	ビスケット	 お誕生日会メニュー 	鮭ふりかけ 鶏肉 長ねぎ チーズ コーン ブロッコリー きゅうり にんじん いんげん マヨネーズ なら 玉ねぎ わかめ	いちごミルクドーナ ツ 牛乳	ドーナツ いちご 練乳 バター 生クリーム		

◆◇◆お誕生日会献立◆◇◆

- ✿ふりかけごはん
- ✿油淋鶏
- ✿チーズとコーンのサラダ
- ✿中華スープ

※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
428 kcal / 16.9g	538kcal / 22.3g

