湊こども園

2024年12月分の献立表(2~5歳児)

火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 *エネルギー(空)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。 *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 毎月おやつに、お米の種類を変えて塩おむすびを入れています。 くみかんぐみ> 13日のおやつはカップケーキを食べます。 <みかん・めろんぐみ> エネルギー たんぱく質 脂質 1か月の平均栄養量 9日の給食は五目煮、おやつはソーセージを食べます。 22.9g 19.7g 2 3 5 6 4 ごはん、 黒糖ロール、 きのこごはん、 ごはん、 カレーライス、 あんかけうどん、 赤魚の照り焼き、 ウインナーとカブのスープ、 カレイのマヨネーズ焼き、 肉じゃが、 もやしとにらの和え物、 スープ、 かぼちゃとひじきのサラダ、 みそ汁、 煮浸し、 高野豆腐の含め煮、 ヨーグルト バナナ みそ汁 みかん すまし汁 パイナップル 牛乳、スイートポテト 牛乳、わかめおにぎり 牛乳、お好み焼き 牛乳、じゃこトースト 牛乳、ざくざくクッキー クラッカーきな粉サンド 12 11 9 10 13 14 ごはん、 ごはん、 ロールパン、ウインナーと さつまいもごはん、 ごはん、 なすとベーコンのナポリタン、 鶏肉の照り焼き、 ホキのタルタル焼き、 牛肉と大根煮、 鮭の塩焼き、 きのこのコンソメスープ、 スープ、 みそ汁、 五目豆、 小松菜のじゃこ和え、 コロコロサラダ、 切干大根煮、 パイナップル みそ汁 すまし汁 りんご みそ汁 オレンジ 牛乳、フランクフルト 牛乳、こんぶおにぎり 牛乳、黒糖クッキー 牛乳、チョコチップケーキ 牛乳、じゃがバター 白あんクリームサンド 16 18 20 17 19 生活発表会 ごはん、 ごはん、 キャロットロール、 ちゃんぽん麺、 親子丼、 ほうれん草とチーズの さばの塩焼き、 赤魚の煮付け、 きゅうりとワカメの酢の物、 すまし汁、 もやしと豆苗の和え物、 小松菜としめじのお浸し、 ハンバーグ、春雨サラダ、 みかん りんご みそ汁 スープ 豚汁 牛乳、 牛乳、塩おむすび 牛乳、クランチポテト 牛乳、チーズ蒸しケーキ 牛乳、シュガーパン 牛乳、菓子 しぼりきなこクッキー 24 25 26 27 28 23 ごはん、 パンバイキング、 ごはん、 みそ豚丼、 そぼろあんかけ丼、 ピラフ、 カレイの塩焼き、 鶏のからあげ、 牛肉とじゃがいもの炒めもの、 すまし汁、 みそ汁、 スープ、 ほうれん草のお浸し、 ポテトサラダ、 すまし汁、 パイナップル みかん オレンジ スープ みそ汁 バナナ 牛乳、 牛乳、リース型クッキー 牛乳、麩のラスク 牛乳、菓子、小魚 牛乳、シリアル 牛乳、菓子 ビスケットのせケーキ

栄養士:山中 理緒

湊こども園

2024年12月分の献立表(O歳児12ヶ月頃~18カ月頃・1歳児)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 *O歳児の離乳食(9~11ヶ月頃)は別に作成しています。 くさくらんぼぐみ> 27日のおやつは菓子を食べます。					
	2	3	4	5	6	7
昼食	ごはん、 赤魚の照り焼き、 煮浸し、 みそ汁	黒糖ロール、 ウインナーとカブのスープ、 かぼちゃとひじきのサラダ、 みかん	ハヤシライス、 スープ、 ヨーグルト	きのこごはん、 カレイのマヨネーズ焼き、 高野豆腐の含め煮、 すまし汁	あんかけうどん、 もやしとにらの和え物、 バナナ	ごはん、 肉じゃが、 みそ汁、 パイナップル
午後	牛乳、スイートポテト	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、お好み焼き	牛乳、じゃこトースト	牛乳、クッキー	牛乳、 クラッカーきな粉サンド
	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん、 鮭の塩焼き、 五目煮、 みそ汁	ごはん、 鶏肉の照り煮、 小松菜のじゃこ和え、 すまし汁	ロールパン、ウインナーと きのこのコンソメスープ、 コロコロサラダ、 バナナ	さつまいもごはん、 ホキのタルタル焼き、 切干大根煮、 みそ汁	なすとベーコンのナポリタン、 スープ、 パイナップル	ごはん、 牛肉と大根煮、 みそ汁、 オレンジ
午後	牛乳、ソーセージ	牛乳、 白あんクリームサンド	牛乳、のりおにぎり	牛乳、黒糖クッキー	牛乳、カップケーキ	牛乳、じゃがバター
	16	17	18	19	20	21 生活発表会
昼食	ごはん、 赤魚の煮付け、 小松菜としめじのお浸し、 みそ汁	キャロットロール、 ほうれん草とチーズの ハンバーグ、春雨サラダ、 スープ	ちゃんぽん麺、 きゅうりとワカメの酢の物、 みかん	ごはん、 鮭の塩焼き、 もやしと豆苗の和え物、 豚汁	親子丼、 すまし汁、 バナナ	
午後	牛乳、 しぼりきなこクッキー	牛乳、塩おむすび	牛乳、クランチポテト	牛乳、チーズ蒸しケーキ	牛乳、シュガーパン	牛乳、菓子
	23	24	25	26	27	28
昼食	ごはん、 カレイの塩焼き、 ほうれん草のお浸し、 みそ汁	ミルクツイストパン、 鶏のからあげ、 ポテトサラダ、 スープ	みそ豚丼、 すまし汁、 パイナップル	そぼろあんかけ丼、 みそ汁、 みかん	ごはん、 牛肉とじゃがいもの炒めもの、 すまし汁、 バナナ	ピラフ、 スープ、 オレンジ
午後	牛乳、 ビスケットのせケーキ	牛乳、リース型クッキー	牛乳、麩のラスク	牛乳、菓子	牛乳、シリアル	牛乳、菓子

栄養士: 山中 理緒