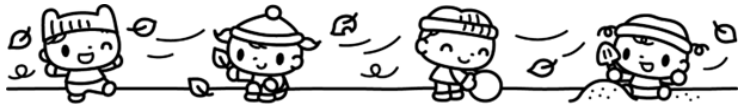


	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日								
	*エネルギー(㎳)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。 *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 毎月おやつに、お米の種類を変えて塩おむすびを入れています。 <みかんぐみ> 13日のおやつはカップケーキを食べます。 <みかん・めろんぐみ> 9日の給食は五目煮、おやつはソーセージを食べます。													
				<table><tr><td>1か月の平均栄養量</td><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td></tr><tr><td></td><td>552㎳</td><td>22.9g</td><td>19.7g</td></tr></table>			1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		552㎳	22.9g	19.7g
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質											
	552㎳	22.9g	19.7g											
	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、 ウィ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	カレーライス、 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、ざくざくクッキー	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、 五目豆、 みそ汁	ごはん、 鶏肉の照り焼き、 小松菜のじゃこ和え、 すまし汁	ロールパン、ウィンナーと きのこのコンソメスープ、 コロコロサラダ、 りんご	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、フランクフルト	牛乳、 白あんクリームサンド	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								
	16	17	18	19	20	21								
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、 さばの塩焼き、 もやしと豆苗の和え物、 豚汁	親子丼、 すまし汁、 りんご									
午後	牛乳、 しほりきなこクッキー	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	パンバイキング、 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、小魚	牛乳、シリアル	牛乳、菓子								

湊こども園

2024年12月分の献立表（0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。 *0歳児の離乳食(9～11ヶ月頃)は別に作成しています。 <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、 ウィ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、ウィンナーと 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
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、 しほりきなこクッキー	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	
	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