

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|----|---|--------------------------------------|--|---|--|--------------------------|
| 午前 | | | | | | 1 麦茶 |
| 昼食 | | | | | | カレーライス、バナナ、 ジョア |
| 午後 | | | | | | 菓子パン、せんべい、牛乳 |
| 午前 | 3 麦茶 | 4 スキムミルク ★ | 5 牛乳 | 6 麦茶 | 7 スキムミルク | 8 ココア豆乳 |
| 昼食 | 御飯、みそ汁、タラの和風 焼き、ポテトサラダ、グ レープフルーツ | パン、野菜スープ、オムレ ツ ミートソースがけ、 ヨーグルト | 御飯、肉団子汁、春巻き、 はるさめサラダ | 御飯(玄米)、みそ汁、タ ンドリーチキン、キャベツ の塩昆布和え、オレンジ | 御飯、すまし汁、さばのみ そ煮、マカロニサラダ | 焼きそば、中華スープ、り んごゼリー |
| 午後 | フルーチェカップケーキ、 牛乳 | マカロニナポリタン、 ぶど う ジュース | バナナ、チーズ、麦茶 | しらすチーズトースト、牛 乳 | ソファールヨーグルト、ビス コ | ととやき、牛乳 |
| 午前 | 10 牛乳 | 11 麦茶 ★ | 12 麦茶 | 13 牛乳 | 14 麦茶 ★ | 15 オレンジジュース |
| 昼食 | カレーライス、ポトフ、寒 天入りフルーツポンチ | 豚丼、みそ汁、プロッコ リーのカレーマヨサラダ、 みかん | 御飯、豚汁、カレイのパン 粉焼き、キャベツとコーン と枝豆のサラダ | 御飯、みそ汁、スパニッ シュオムレツ、もやしとさ さみの和え物 | 野菜たっぷりみそラ ^ー メ ン、厚揚げのそぼろ煮、バ ナナ | マーボー豆腐丼、はるさめ スープ、栗ムース |
| 午後 | にゅうめん、麦茶 | いちごシュークリーム、牛 乳 | 焼きりんご、牛乳 | おからもち、麦茶 | ぶどうゼリー、せんべい | 焼きドーナツ、牛乳 |
| 午前 | 17 スキムミルク | 18 牛乳 | 19 カルピス ★ | 20 スキムミルク | 21 麦茶 | 22 麦茶 |
| 昼食 | 御飯、すまし汁、豚肉のご ま味噌炒め、わかめサラダ | ほうとう風うどん、切干大 根の和え物、フルーツヨー グルト | 御飯、みそ汁、 ふりかけ 、 鶏のから揚げ 、人参しりし り | 御飯、みそ汁、鮭の塩焼 き、大根とツナのあえ物、 キウイフルーツ | ハヤシライス、ヤクルト、 りんご | ナポリタン、みかんヨー グルト |
| 午後 | 焼きそば、麦茶 | 和風ツナおにぎり、食べる 小魚(以上児)、麦茶 | オレンジゼリー、ウエハー ス | かぼちゃまんじゅう、麦茶 | たいやき、牛乳 | 今川焼、せんべい、牛乳 |
| 午前 | 24 | 25 りんごジュース | 26 牛乳 ★ | 27 スキムミルク | 28 麦茶 | 29 |
| 昼食 | 振替休日 | | ドライカレー、コールス ローサラダ、りんごゼリー | 麦ごはん、みそ汁、鶏肉の ピカタ、ラーメンサラダ | お弁当持参 | |
| 午後 |  | | みかん、せんべい、野菜 ジュース | レタスチャーハン、麦茶 | せんべい、ジョア | |
| | ★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★ | | | | | |

★星組

ちゃん(4日)肉・パン・ぶどう・ヨーグルト

★月組

くん(14日)ラーメン・アイス・ぶどうゼリー
くん(26日)カレー・ゼリー

★太陽組

ちゃん(11日)いちご・さくらんぼ・豚丼・牛丼
くん(19日)ふりかけ・からあげ・ポテト・ゼリー

今月の平均給与栄養量

| | | エネルギー (kcal) | タンパク質 (g) | 脂質 (g) | カルシウム (mg) | 食塩相当量 (g) |
|-----|-----|-----------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 未満児 | 平均値 | 428 | 15.5 | 12.2 | 179 | 1.7 |
| | 目標値 | 463 | 18.5 | 12.9 | 213 | 1.6 |
| 以上児 | 平均値 | 522 | 18.7 | 14.8 | 190 | 2 |
| | 目標値 | 576 | 23 | 16 | 261 | 1.9 |

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

献立表

2018年12月の献立

百合が丘 ひまわり保育園(完了食)

Table with 7 columns (Day of the Week) and multiple rows (Menu items). Includes days like 月曜日, 火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日, 土曜日 and specific food items like 軟飯, みそ汁, タラの和風煮, etc. Some days are marked as 振替休日 (Substitution Holiday).

☆材料の都合で変更する場合があります。 ☆アレルギー対応児には、献立に応じて代替え食、除去食で対応します。