

平成30年度



給食予定献立表



米崎保育園

3歳以上児

今月の予定平均栄養量

エネルギー・・・411kcal
たんぱく質・・・17.1g
脂 肪・・・16.2g

12月22日は冬至です!

冬至とは24節気のひとつで、昼が最も短く、夜が長い日になります。この日を境に日脚は徐々にのびていきます。日本ではこの日にゆず湯に入り、かぼちゃを食べると風邪をひかないと言われています。

年越しそば

一年の終わりの大みそかの夜、除夜の鐘をききながら年越しそばを食べる風習が伝えられています。そばの形から寿命が細く長く続くよう願いが込められています。給食では食物アレルギーを考慮し、うどんを提供します。

	1日(土)
副食	【生活発表会】
おやつ	

3日(月)

4日(火)

5日(水)

6日(木)

7日(金)

8日(土)

副食	炒り鶏 青菜和え しめじの味噌汁 みかん	魚の菜種焼き ブロッコリーと若布のお浸し 五目味噌汁 りんご	豆腐の和風ボール きゅうりもみ じゃが芋と青菜の味噌汁 キウイフルーツ	シーフードカレー 白菜とベーコンのサラダ 卵スープ みかん	いが蒸し 深山和え なめこ汁 ミニトマト	【手作り弁当の日】
	おやつ	フルーツヨーグルト・せんべい	干し芋・牛乳	バナナケーキ・牛乳	しょうゆだんご・牛乳	

10日(月)

11日(火)

12日(水)

13日(木)

14日(金)

15日(土)

副食	タンドリーチキン 春雨酢の物 ベーコンスープ キウイフルーツ	ピーマン餃子 キャベツの甘酢和え 若布コーンスープ ミニトマト	魚の照り焼き ひじきサラダ 豚汁 みかん	鶏肉の甘酢あんかけ 若布の煮物 すまし汁 りんご	あぶたま キャベツのごま豆腐和え さつま汁 みかん	焼きビーフン コーンサラダ 牛乳 りんご
	おやつ	ヤーコン焼き餅・牛乳	クッキー・牛乳	五平餅・牛乳	ココアゼリー・せんべい	バナナパイ・牛乳

17日(月)

18日(火)

19日(水)

20日(木)

21日(金)

22日(土)

副食	さんまの佃煮 切り干し大根の炒り煮 豆腐とほうれん草の味噌汁 キウイフルーツ	マカロニグラタン ヤーコンサラダ もやしの味噌汁 みかん	みそおでん 若布の酢の物 花魁のすまし汁 ミニトマト	【クリスマス誕生会】 チキンライス・エビフライ マカロニツナサラダ コンソメスープ・いちご	八宝菜 ピーナッツ和え 若布の味噌汁 りんご	【冬至】 変わり納豆 かぼちゃのいとこ煮 牛乳・みかん
	おやつ	ピザトースト・牛乳	りんごカスタード・せんべい	さつま芋素揚げ・牛乳	ケーキ・牛乳	三色だんご・牛乳

24日(月)

25日(火)

26日(水)

27日(木)

28日(金)

副食	振替休日 	チーズバーグ ベジタブルソテー マッシュポテト ささみスープ・ミニトマト	赤魚の塩焼き みそドレッシングサラダ きのこ里芋のスープ キウイフルーツ	豚肉の柳川風 大豆サラダ キャベツと油揚げの味噌汁 みかん	えび天 大根なます・青菜のお浸し 年越しうどん りんご
	おやつ	ココアケーキ・牛乳	白玉だんご黒蜜かけ・牛乳	フライドポテト・牛乳	プリン・せんべい

