



# 平成27年12月 献立表



日 曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー Kcal	タンパク g	脂 質 g	食塩相当 量 g	備考
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 火	ヒレカツ キャベツ和え 油麩の煮物 えのき汁 みかん	ヤクルト せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯	311	15.3	8.8	0.9	
2 水	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ 豆麩汁 りんご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	352	19.3	14	1.1	
3 木	鶏肉の治部煮 花型卵 白菜汁 オレンジ	牛乳 ビスコ	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	381	17.8	18.6	1.4	
4 金	焼きそば ウインナー 牛乳 バナナ	ジョア せんべい	ゼリー	焼きそば	557	21.5	18.4	1.7	
5 土	おみやげ			おみやげ					発表会
6 日									
7 月	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	342	11.5	14.5	2.1	
8 火	焼肉 ビーフソテー とろりんスープ りんご	スポロン せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯	303	12	9.8	1.5	
9 水	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ すまし汁 スイーティー	牛乳 フレンチトースト	バナナ	ご飯	411	19.6	18.7	1.9	
10 木	五色煮 スクランブルエッグ わかめ汁 オレンジ	牛乳 ビスケット	ヨーグルト	ご飯	336	15.7	13	1.9	
11 金	鶏のから揚げ ポテトサラダ 豆腐汁 みかん わかめご飯	ケーキ 麦茶 アイス		ご飯	533	16.4	28.8	2.4	誕生会
12 土	ソフトフランスピーナツパン ジャーマンポテト 牛乳 バナナ	プリン せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランス ピーナツパン	580	18.6	20.5	1.9	
13 日									
14 月	ブロッコリーシチュー 竹輪と厚揚げ の煮物 牛乳 オレンジ	ヨーグルト 小魚	果実ジュース せんべい	ご飯	353	15.9	14.2	0.9	
15 火	松風焼き 青菜和え すまし汁 バナナ	ジョア チーズ クラッカー	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	435	24.7	13.3	2.1	
16 水	ホイル焼き マカロニサラダ えのき 汁 りんご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	393	18.8	18	1.6	
17 木	ひじきの寄せ煮 かぼちゃキッシュ 豆腐汁 スイーティー	牛乳 せんべい	プリン	ご飯	351	15.1	13.3	1.9	
18 金	カレーうどん 青菜のごま和え 牛乳 バナナ	野菜生活 スイートポテト	ヨーク せんべい	カレーうどん	377	11	15.4	1.4	
19 土	甘バターサンド 春雨サラダ 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット	甘バターサ ンド	546	19.2	19.6	1.5	
20 日									
21 月	鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 ポトフ みかん	フルーツヨーグルト するめ	ぶどうジュース せんべい	ご飯	305	16.8	9.3	1.9	
22 火	五目納豆 冬至かぼちゃ 大根汁 スイーティー	牛乳 ホットケーキ	麦茶 ビスケット	ご飯	481	17.2	19	1.9	冬至
23 水									天皇誕生日
24 木	ナポリタンスパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 みかん	野菜生活 ビスコ	ヨーク せんべい	ご飯	496	21.5	13.5	1.2	
25 金	ミートローフ コールスローサラダ なめこ汁 みかん わかめご飯	ヤクルト せんべい ケーキ(おみやげ)	牛乳プリン	ご飯	319	13.5	10.6	2.5	クリスマス 会
26 土	ドッグパン チキンカチャトラ 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	ドッグパン	558	16.7	20.9	1.8	
27 日									
28 月	まさご揚げ 青菜のごま和え のっぺい汁 みかん	ヨーグルト 昆布	スポロン せんべい	ご飯	300	16.1	12.3	1.9	
29 火	照り焼きチキン ごぼうサラダ 白菜汁 りんご	野菜生活 せんべい	バナナ	ご飯	343	14.8	14.5	1.9	
30 水	チョコサンド 牛乳	みかん	麦茶 せんべい	チョコサンド	482	14.6	15.3	1.4	
31 木									

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。