

ぱくぱく

平成29年度

12月



☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・・・
『さば・ぶり・白菜・大根・ごぼう・れんこん・里芋・長芋・さつまいも・ねぎ・水菜・小松菜・ほうれん草・ブロッコリー・りんご・みかん』です。
- 3歳未満月は8・22日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。
- 6日はお弁当箱におかずを詰めます。3歳以上月はおにぎりをお弁当箱に入れてきてください。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりよ食物
		3才未満児朝おやつ	おひるのきゅうしょく	みんなのおやつ	エネルギーになるもの(きいろ)	ちやにくになるもの(あか)	びょうきをやっつけるもの(みどり)	
1	金	かぼちゃのチーズやき	とりにくのポテトフ레이크やき ツナごまきゅうり おまめとれんこんのサラダ グレープフルーツ	カルピスゼリー	マヨネーズ ポテトフ레이크 ごまあぶら さとう ごま	とりにく ツナ だいず	きゅうり れんこん ミックスビーンズ グレープフルーツ	卵類 葉菜類
4	月	ミルクきなこもち	さけのタルタルソース こまつなのひだし パン缶	さつまいもドーナツ	マヨネーズ さとう	さけ たまご しらす	たまねぎ パセリ こまつな はくさい にんじん パン缶	肉類 いも類
5	火	おかし	ちくぜんに コーンポテトサラダ キウイフルーツ	クッキー	さといも あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	とりにく ハム	こんにゃく にんじん れんこん さやいんげん ごぼう とうもろこし きゅうり キウイフルーツ	魚類 きのこと類
6	水	バナナ	【ピクニックの日】 まつかぜやき かぼちゃのごまあえ きのこスパゲティ ミニトマト ゼリー	カルシウムラスク	ばんこ さとう ごま スパゲティ あぶら	とりひきにく たまご みそ ベーコン	しょうが たまねぎ あおりの かぼちゃ しめじ えのき にんじん ミニトマト	大豆製品 葉菜類
7	木	あべかわもち	ワンタンスープ さといものともえあえ ブロッコリーとえびのマヨサラダ もも缶	マーブルウンドケーキ	ワンタンのかわ さといも ごま さとう マヨネーズ	ふたにく みそ たまご えび	きゃべつ にんじん にら ブロッコリー もも缶	魚類 海藻類
8	金	ジャムヨーグルト	おでん チーズサラダ りんご (3未:炊き込みご飯)	カレーパン	マカロニ マヨネーズ	うずらのたまご さつまあげ ウィンナー チーズ ツナ	だいこん しらたき こんにゃく きゅうり にんじん りんご	肉類 いも類
11	月	やきそば	スペインふうオムレツ かりこりいりこ ひじきのサラダ みかん缶	にんじんのカップケーキ	バター じゃがいも さとう ごま マヨネーズ	ベーコン たまご スキムミルク きゅうりゆう チーズ いりこ かにかま	ブロッコリー にんじん たまねぎ ひじき きゅうり とうもろこし みかん缶	大豆製品 きのこと類
12	火	バタートースト	のっぺうどん かぼちゃのふくめに やきビーフン バナナ	いもいりむしようかん	うどん さといも かたくりこ さとう ビーフン あぶら ごまあぶら	とりにく とうふ ふたにく	にんじん ごぼう しめじ こんにゃく ほうれんそう かぼちゃ たまねぎ ピーマン しいたけ バナナ	卵類 海藻類
13	水	ぎょうざの かわピザ	さかなのみぞれあえ ゆでみずな せんぎりポテトサラダ みかん	ミルクポーロ	かたくりこ あぶら じゃがいも マヨネーズ	さば たらこ	しょうが だいこん みずな にんじん きゅうり みかん	肉類 大豆製品
14	木	フルーチェ	とりにくのケチャップに レタス あますきゃべつ パン缶	クリームパン	さとう	とりにく かにかま	レタス きゃべつ もやし パン缶	魚類 いも類
15	金	マカロニの あべかわ	とうふのにくみそグラタン ごぼうサラダ ブロッコリーのかおりあえ もも缶	うめぼしむすび	マヨネーズ さとう ごまあぶら ごま	とうふ ふたひきにく みそ かつおぶし ツナ	しそ ブロッコリー ごぼう にんじん きゅうり もも缶	卵類 葉菜類
18	月	ラスク	さけのごまみそだれ ゆでえだまめ かぶサラダ バナナ	きなこプリン	ごま さとう くるみ	さけ みそ ツナ	えだまめ にんじん かぶ かつおのは バナナ	肉類 きのこと類
19	火	じゃがいも	もちごめシューマイ ゆできゃべつ スパゲティサラダ みかん缶	ココアむしばん	かたくりこ もちごめ スパゲティ マヨネーズ	ふたひきにく おから たまご ハム	しょうが ねぎ きゃべつ レタス きゅうり にんじん うめぼし みかん缶	魚類 海藻類
20	水	フルーツ ヨーグルト	きのこカレー はくさいとこんにゃくのそくせきづけ なかいものジャーマンポテト パン缶	やきいも	あぶら じゃがいも なかいも	とりにく ベーコン	こんにゃく たまねぎ しめじ えのき まいたけ グリーンピース はくさい にんじん きゅうり しおこんぶ あおりの パン缶	卵類 大豆製品
誕生会 21	木	おかし	※ おたのしみランチ ※		あんぱん			
22	金	おかし	かぼちゃのクリームシチュー じゃこじゃが わふうサラダ もも缶 (3未:青菜ご飯)	オレンジ りんご	あぶら バター こむぎこ じゃがいも さとう ごま ごまあぶら	とりにく きゅうりゆう しらす ツナ とうふ かつおぶし	かぼちゃ にんじん たまねぎ ブロッコリー しめじ きゅうり もやし もも缶	卵類 葉菜類
25	月	マカロニの あべかわ	ぶりだいこん ごもくひじき バナナ	こくとうむしばん	さとう あぶら	ぶり あぶらあげ だいず	しょうが だいこん ひじき こんにゃく えだまめ にんじん バナナ	肉類 いも類
26	火	こへいもち	ごもくたまごとし おからサラダ みかん缶	チョコスコーン	あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ	あぶらあげ しらす たまご おから ツナ とうりゅう	たまねぎ にんじん しいたけ しめじ ねぎ きゅうり とうもろこし みかん缶	肉類 海藻類
27	水	ももヨーグルト	とうふとひじきのつくね レタス さといもサラダ みかん	アメリカンマフィン	ばんこ さとう さといも マヨネーズ	とうふ とりひきにく たまご だいず ハム	きゅうり えだまめ ミックスビーンズ みかん	魚類 野菜類
28	木	バナナ	みそこみうどん はいにくれんこん きりぼしだいこんナポリタン もも缶	あましょく	うどん ごま マヨネーズ あぶら	とりにく なると みそ ツナ ハム	ごぼう にんじん こんにゃく しいたけ ねぎ れんこん うめぼし きりぼしだいこん ピーマン もも缶	卵類 大豆製品

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成29年11月30日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園