



献立表

スプーン フォーク
大空町認定こども園めまんべつ(一般)
2021年12月

日	曜	10時食 (未満児のみ)	昼食	スプーン フォーク	3時食※
01	水	マスカットゼリー	ごはん,肉じゃが,キャベツの昆布和え,みそ汁(もやし・わかめ)		ヨーグルト,クラッカー
02	木	かりんとう	ごはん,たらのみそ照り焼き,ひじきの煮物,けんちん汁,麦茶		サンドイッチ,牛乳
03	金	キャンディーチーズ	ごはん,ポークビーンズ,ブロッコリーサラダ,オレンジ,牛乳	スプーン	せんべい,麦茶
06	月	カステラ	ごはん,マーボー豆腐,はるさめスープ(小松菜),もも缶,麦茶	スプーン	ホットケーキ,牛乳
07	火	せんべい	コッペパン,鶏のから揚げ,コールスローサラダ,ポテトミルクスープ,牛乳		おにぎり,麦茶
08	水	みかん缶	ごはん,さばのごま焼き,大根鶏五目煮,ふりかけ,麦茶		フルーチェ(いちご)
09	木	ビスケット	ごはん,フライドチキン,パスタサラダ,りんご,牛乳		キャンディーチーズ,野菜ジュース
10	金	りんごゼリー	味噌ラーメン,牛乳,南瓜団子		未:おにぎり,麦茶 以:りんごゼリー
13	月	ベビーソーセージ	ごはん,厚揚げのそぼろあん,ほうれん草のサラダ,みそ汁(大根・わかめ)		フライドポテト,牛乳
14	火	せんべい	黒パン,マカロニグラタン,フレンチサラダ,ミニゼリー,牛乳	フォーク	おにぎり,麦茶
15	水	ウエハース	お弁当の日 		バナナ,牛乳
16	木	カステラ	ごはん,ポークカレー,フルーツポンチ,牛乳	スプーン	ひとくち肉まん,麦茶
17	金	かりんとう	【誕生会】 ごはん,鶏肉の照り焼き,大根サラダ,牛乳,ぶどうゼリー	スプーン	ミニアメリカンドック,牛乳
20	月	みかん缶	ごはん,かれの煮つけ,いんげん白あえ,みそ汁(白菜・えのき),麦茶		プチロール,牛乳
21	火	せんべい	【クリスマス会】 カレーピラフ,チキンナゲット,ポテトサラダ,ポイルブロッコリー,クリスマスデザート,牛乳	スプーン	ベビーソーセージ,麦茶
22	水	ビスケット	【冬至】 ごはん,かぼちゃコロッケ,もやしのごま和え,ふりかけ,麦茶		シュガートースト,牛乳
23	木	もも缶	牛乳 ,キャベツのおかか和え,みかん,麦茶		ヨーグルト(ソファール)
24	金	マスカットゼリー	ごはん,豆腐ハンバーグ,さつまいも甘煮,パイン缶,麦茶		コーンフレーク
27	月	ビスケット	はりはりごはん(わかめ),鮭汁,ささみともやしの甘酢和え,麦茶		チキンナゲット,牛乳
28	火	キャンディーチーズ	ごはん,白身魚のケチャップあんかけ,ピーマンサラダ,バナナ,牛乳		プリン
29	水	せんべい	ごはん,肉豆腐,ほうれん草のなめ茸あえ,みそ汁(白菜・人参),麦茶		ホットケーキ,牛乳
30	木	ウエハース	ナポリタン,カラフルオムレツ,牛乳,ミニゼリー	フォーク	おにぎり,麦茶
31	金				

肉将さまから頂いた牛肉を使用します!

平均栄養価	Ikg - kcal	タハク g	脂質 g	加カム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	541	20.6	16.8	247	2.1	172	0.33	0.4	31	4.6	1.8
3才未満児	464	17.8	14.7	236	1.8	149	0.29	0.37	26	3.8	1.5

◎都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。(変更内容はCODMON等でお知らせします)
 ※3時食は、2時バスを利用しているお子さんは別のおやつを提供することがあります。
 3時食は、未満児と以上児で献立が異なることがあります。(未=未満児、以=以上児)
 未満児は状況に応じて、17:30に補食を提供します。(献立対象外)