

平成29年度



給食予定献立表



広田保育園
3歳以上児

今月の予定平均栄養量

エネルギー：458kcal
たんぱく質：18.8g
脂 肪：18.6g

冬至には南瓜を食べよう!
今年12月22日が冬至です。冬至には南瓜を食べますが南瓜はおいしいだけでなく、風邪の予防に効果があるビタミンAやカロチンがたくさん含まれています。本来、南瓜の旬は夏ですが長期保存が効く為食べ物が少なくなる冬に食べられるようになったといわれています。



	1日(金)	2日(土)
副食	パイとハムのステーキ ひじきのごま和え 白菜のクリーム煮 キウイフルーツ	【発表会】
おやつ	ジョア・せんべい	

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
副食	さんまの佃煮 油揚げと青菜の煮浸し きのこ里芋のスープ りんご	エビカツ めかぶの和え物 五目ラーメン ミニトマト	がんもの含め煮 親子サラダ もやしの味噌汁 キウイフルーツ	鮭のハンバーグ 白和え せんべい汁 みかん	生姜焼き コーンサラダ お芋のだんご汁 りんご	【手作り弁当の日】
おやつ	きな粉揚げパン・牛乳	干し芋・牛乳	ハムサンド・牛乳	フルーツカスタード・麦茶	ヤーコン焼きもち・牛乳	

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
副食	豚肉の柳川風 大徳寺和え 芋の子汁 キウイフルーツ	豆腐ハンバーグ 中華風サラダ 南瓜といんげんの味噌汁 りんご	野菜ロールカツ ヤーコンサラダ 若布スープ ミニトマト	【お誕生会】 スパゲティ・ナポリタン 三色サラダ・コンソメスープ ミニトマト・みかん	焼きししゃも 生揚げの煮物 すいとん汁 キウイフルーツ	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し 牛乳 バナナ
おやつ	豆乳ババロア・せんべい	さつま芋かりんとう・牛乳	蒸しパン・牛乳	ケーキ・牛乳	石垣もち・牛乳	

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
副食	ゆで卵のミートソースかけ ジャーマンポテト 若布の味噌汁 キウイフルーツ	五目大豆 キャベツのごま和え じゃが芋と青菜の味噌汁 りんご	マカロニグラタン ひじきサラダ さつま汁 ミニトマト	【クリスマス会】 チキンライス・エビフライ カリフラワーサラダ・ゼリー コーンポタージュ・いちご	鶏肉のオニオントマト煮 南瓜のいとこ煮 味噌けんちん汁 みかん	天皇誕生日
おやつ	五平餅・牛乳	パイキンとん・牛乳	フルーツヨーグルト・せんべい	ケーキ・牛乳	ホットドック・牛乳	

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)
副食	チーズバーグ ベジタブルソテー マッシュポテト 卵スープ・キウイフルーツ	すき焼き ごまもやし 油揚げの味噌汁 バナナ	カレー りんごサラダ きのこのスープ ミニトマト	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	クッキー・牛乳	小倉白玉・牛乳	ココアドーナツ・牛乳	ヨーグルト・せんべい

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お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。

