

平成29年度



給食予定献立表



広田保育園

3歳未満児

今月の予定平均栄養量

エネルギー：564kcal
たんぱく質：20.3g
脂 肪：17.7g

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い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)
おやつ	豆乳・せんべい	【発表会】
副食	卵ごはん パインとハムのステーキ ひじきのごま和え 白菜のクリーム煮 キウイフルーツ	
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)	
おやつ	牛乳・せんべい	豆乳・ビスケット	ヤクルト・ビスケット	ヨーグルト	飲むヨーグルト・せんべい	【手作り弁当の日】 					
副食	ごはん 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	ごはん エビカツ めかぶの和え物 五目ラーメン ミニトマト	しらすごはん 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	ごはん 鮭のハンバーグ 白和え せんべい汁 みかん	ごはん 生姜焼き コーンサラダ お芋のだんご汁 りんご						
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)		
おやつ	牛乳・ビスケット	飲むヨーグルト・せんべい	りんごジュース・ビスケット	豆乳・せんべい	【お誕生会】 							
副食	ごはん 豚肉の柳川風 大徳寺和え 芋の子汁 キウイフルーツ	ひじきごはん 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	ごはん 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】 スパゲティーナポリタン 三色サラダ コンソメスープ ミニトマト・みかん							バナナ ごはん 焼きししゃも 生揚げの煮物 すいとん汁 キウイフルーツ	牛乳・せんべい ごはん 挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し 豆腐の味噌汁 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)	
おやつ	ヨーグルト	牛乳・せんべい	豆乳・せんべい	バナナ	【クリスマス会】 						
副食	ごはん 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	ごはん 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	ごはん 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 コーンポタージュ いちご・ゼリー							飲むヨーグルト・せんべい ごまごはん 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
おやつ	五平餅・牛乳	パインきんとん・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)				
おやつ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・せんべい	バナナ	豆乳・ビスケット	年越しそば 					
副食	ごはん 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	ごはん すき焼き ごまもやし 油揚げの味噌汁 バナナ	ごはん カレー りんごサラダ きのこのスープ ミニトマト	さつま芋ごはん 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	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。