

# 訓子府町認定こども園 わくわく園

2023年12月分の献立

				1(金)	2(土)																														
午前				牛乳 りんご	牛乳 せんべい																														
昼食				さつまいもごはん (1~2歳児のみ) 雑煮 (1~2歳児は餅なし) キャベツとツナの和風サラダ みかん <b>【もちつき会】</b>	豚肉のみそ丼 もやしと揚げのみそ汁 ベイクドポテト (青のり)																														
午後				牛乳 カルピスフルーツポンチ	牛乳 枝豆昆布おにぎり																														
4(月)		5(火)		6(水)		7(木)		8(金)		9(土)																									
午前	牛乳 オレンジ	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 みかん	牛乳 パイナップル	牛乳 クッキー																													
昼食	ごはん 白菜の豆乳みそ汁 さけのコーンマヨネーズ焼き 小松菜のしらすサラダ	ごはん クラムチャウダー 鶏肉のマーマレード焼き いんげんのごま和え	しょうゆラーメン ニラのチヂミ ヨーグルト	ごはん かぼちゃと長ねぎのみそ汁 ぶりのごまみそ焼き ひじきと枝豆のサラダ	親子丼 ほうれん草とえのきのすまし汁 キャベツとにんじんの香り漬け	じゃこチャーハン 豚肉と白菜の春雨スープ さつま芋の甘煮																													
午後	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 コーン入りおとうふパン	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 いももち (みたらし)	牛乳 コーンフレーククッキー	牛乳 おかかチーズおにぎり																													
11(月)			12(火)			13(水)			14(木)			15(金)			16(土)																				
午前	牛乳 りんご	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 みかん	牛乳 せんべい																													
昼食	ごはん かぶとベーコンのスープ チキンカツ にんじんのシンプルサラダ	焼きもろこしごはん けんちん汁 たらのみそ照り焼き 小松菜のサラダ	カレーうどん さつま芋のレモン煮 青りんごゼリー	ごはん 豚肉とチンゲン菜の中華スープ さばのりんごソースかけ じゃが芋きんぴら	ごはん 豆乳コーンスープ 納豆入りちくわ磯辺揚げ 梅ドレッシングサラダ	マーボー豆腐丼 じゃがいもの中華スープ ほうれん草のナムル																													
午後	牛乳 パイナップルケーキ	牛乳 おからと米粉のドーナツ	牛乳 とりそぼろおにぎり	牛乳 和風蒸しパン (あずき)	牛乳 【ミルククラウン】 カルピスゼリー (黄桃)	牛乳 ミルクパン (マーマレード)																													
18(月)				19(火)				20(水)				21(木)				22(金)				23(土)															
午前	牛乳 パイナップル	牛乳 オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 せんべい																													
昼食	ごはん かぶと油揚げのみそ汁 ほっけのカラーフライ かぼちゃのそぼろあんかけ	<b>【お弁当の日】</b>	ミートスパゲティ <b>【クリスマス会】</b> 根菜と鶏肉のスープ ブロッコリーと人参の甘煮 クリスマスケーキ (3~5歳児)	チキンコンソメピラフ キャベツとベーコンのスープ えびマカロニグラタン クリスマスゼリー <b>【誕生会】</b>	ごはん 豚汁 さんまのごま焼き 白菜としらすのりりえ	鶏そぼろ丼 さつま芋と長ねぎのみそ汁 小松菜の煮浸し																													
午後	牛乳 スコーン (いちごジャム)	牛乳 三角春巻き (ベーコンポテト)	牛乳 フルーツポンチ (3~5歳児) クリスマスブラウニー (1~2歳児)	牛乳 お星さまクッキー ★	牛乳 <b>【冬至】</b> かぼちゃぜんざい	牛乳 チーズワッフル																													
25(月)						26(火)						27(水)						28(木)						29(金)						30(土)					
午前	牛乳 みかん	牛乳 パイナップル	牛乳 バナナ	牛乳 りんご	牛乳 キウイフルーツ																														
昼食	てりやき野菜丼 豆腐とほうれん草のすまし汁 大根のツナマヨ和え	ごはん クリームシチュー さけのムニエル いんげんのおかか和え	あんかけ焼きそば ごぼうの和え物 アップル&キャロットジュース	ごはん 豚肉と大根のみそ汁 たらけちやっぴあんかけ ブロッコリーのマヨネーズあえ	ごはん かに豆腐汁 豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ	<b>【年末休業】</b>																													
午後	牛乳 にんじんケーキ	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 五平餅	牛乳 おからレーズンクッキー	牛乳 ほうれん草蒸しパン																														

**【献立表について】**

- ① 午前のおやつ・・・1~2歳児のみ  
(牛乳・・・1~2歳児は65mlずつを午前と午後、3~5歳児は午後のおやつ時に130ml)
- ② 午後のおやつ・・・1~5歳児 (手作りおやつ中心)
- ③ 献立は材料の都合により、変更する場合があります。

**【訓子府町認定こども園 わくわく園の給食について】**

園では健康増進法に定める食事摂取基準を参考にして、給食を提供しています。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
* 1~2歳児	460kcal	15~23g	10~15g	1.5g未滿
* 3~5歳児	520kcal	17~26g	12~17g	1.6g未滿

