



平成24年12月 幼児食献立表



シャローム三育保育園

日	午前のおやつ	昼 食				15時のおやつ	補食	
		献立名・材料名						
3・17 (月)	牛乳 クラッカー	けんちんうどん ゆでうどん 大根 人参 里芋 ごぼう しめじ	鶏肉のチーズ焼き 鶏肉 チーズ	オレンジ	牛乳 クッキー (幼児食育)	麦茶 混ぜご飯		
4・18 (火)	牛乳 マンナ	雑穀米 鰯 大根	キャベツの甘酢和え キャベツ 人参	小松菜の味噌汁 小松菜 油あげ	バナナ	牛乳 フレンチトースト	麦茶 焼きうどん	
5 (水)	牛乳 カルシウムせんべい	食パン とりひき肉 卵 小麦粉	チキンナゲット とりひき肉 卵 小麦粉	小松菜としめじのソテー 小松菜 しめじ 人参	白菜のスープ 白菜 ベーコン 牛乳	りんご	麦茶 おかかおにぎり	麦茶
19 (水)		ロールパン 挽肉 玉葱 卵 トマト缶 しめじ	煮込みハンバーグ 挽肉 玉葱 卵 トマト缶 しめじ	野菜の付け合せ じゃがいも 人参	コンソメスープ 玉葱 マカロニ コーン	いちご	牛乳 お楽しみ (誕生日)	ピラフ
6・20 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米 鮭 マヨネーズ	鮭のマヨネーズ焼き 鮭 マヨネーズ	大根のきんぴら 大根 人参 いんげん	玉ねぎの味噌汁 玉葱 高野豆腐	みかん	牛乳 味噌蒸しパン	麦茶 おにぎり
7・21 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	麦ごはん 鶏肉 長葱 フチトマト	鶏肉の葱味噌焼き 鶏肉 長葱 フチトマト	南瓜の煮物 南瓜	えのきと麩のすまし汁 えのき 麩 人参	りんご	牛乳 マカロニきな粉	麦茶 ツマトースト
22 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯 鯖	鯖の塩焼き 鯖	さつまいもの煮物 さつまいも 人参	大根の味噌汁 大根 厚揚げ	バナナ	牛乳 スナックパン	
10 (月)	牛乳 クラッカー	麦ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉	タンドリーチキン 鶏肉 ヨーグルト カレー粉	粉ふき芋 じゃが芋 パセリ	ほうれん草のスープ ほうれん草 人参 玉葱	オレンジ	牛乳 おからクッキー	麦茶 チャーハン
11 (火)	牛乳 マンナ	雑穀米 鰯	鰯の照り焼き 鰯	キャベツとしめじのソテー キャベツ しめじ	里芋の味噌汁 里芋 わかめ	りんご	牛乳 スコーン	麦茶 混ぜご飯
25 (火)		スパゲティミートソース スパゲティ ひき肉 玉葱 トマト缶	南瓜サラダ 南瓜 胡瓜	キャベツのスープ キャベツ 人参 コーン	牛乳 クリスマスケーキ			
12・26 (水)	牛乳 カルシウムせんべい	麦ご飯 鶏肉 卵 粉チーズ パセリ	鶏肉のピカタ 鶏肉 卵 粉チーズ パセリ	カリフラワーサラダ カリフラワー コーン 人参	エリンギのスープ エリンギ 玉葱 わかめ	バナナ	牛乳 ふかし芋	麦茶 焼きそば
13・27 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米 高野豆腐 卵 人参 しめじ	高野豆腐の玉子とじ 高野豆腐 卵 人参 しめじ	ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 桜えび	かぶの味噌汁 かぶ かぶの葉	みかん	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	麦茶 おにぎり
14・28 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	チキンカレー 精白米 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋	切干大根のサラダ 切干大根 人参 胡瓜	りんご	牛乳 ぶどうゼリー	麦茶 カト イチ		
1・15 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯 鮭	鮭の漬け焼き 鮭	竹輪の和風サラダ 竹輪 小松菜 人参	さつまいもの味噌汁 さつまいも 玉葱	バナナ	牛乳 ミレービスケット	

◎ 3歳以上児 エネルギー532kcal たんぱく質20.0g 脂質14.9g カルシウム240mg ビタミンA180μg ビタミンC18mg 食塩2g

*仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。