



平成30年度12月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ	
1	土			土曜給食	菓子	
3	月	ふかしいも お茶		肉みそうどん ハニースパイシーチキン 豆菜サラダ バナナ	豆腐団子 ミルクティー	
4	火	ビスケット お茶		米飯 スナックレバー 大根とリンゴのサラダ 野菜スープ オレンジ	海苔胡麻クッキー 牛乳	
5	水	乳酸菌飲料		米飯 魚のインディアン揚げ ブロッコリーのごまみそ和え 豆腐のみそ汁 チーズ	プリン	
6	木	せんべい お茶		ひじき入りドライカレー ごぼうのサラダ りんご	栄養蒸しパン 自家製飲むヨーグルト	
7	金	バナナ 牛乳		米飯 ヘルシーハンバーグきのこソースがけ カニカマ入りドレッシングサラダ 五色スープ 菊花みかん	麩のラスク スキムミルク抹茶	
8	土	森の音楽会				
10	月	ビスケット お茶		米飯 豆腐のみそチーズ焼き いんげんとツナのごまあえ キャベツの野菜スープ オレンジ	フルーツきんとん 牛乳	
11	火	乳酸菌飲料		カラフル洋風寿司 焼き魚鮭 ブロッコリーおかか塩和え わかめのすまし汁 甘夏みかん	お菓子屋さん	
12	水	せんべい 牛乳		米飯 かぼちゃフライ マカロニサラダ おでん肉みそ添え バナナ	自家製フルーツヨーグルト	
13	木	ビスケット 牛乳		おたのしみ弁当		
14	金	スティック人参 牛乳		米飯 鶏肉のごま焼き もやしのごま酢和え 麩のみそ汁 菊花みかん	ピザトースト ココア 大学芋 お茶 菓子	
15	土			土曜給食		
17	月	せんべい お茶		米飯 さんまのからあげ もやしサラダ すき焼風煮 オレンジ	マシュマロサンド お茶	
18	火	いも切り干し お茶		鮭の混ぜご飯 こうやどうふのそぼろあん いんげんのごま和え 大根のみそ汁 バナナ	カントリークッキー 自家製飲むヨーグルト	
19	水	ビスケット 牛乳		米飯 春雨の中華サラダ 枝豆 酢豚 菊花みかん	12月おたんじょうケーキ 紅茶 菓子	
20	木	乳酸菌飲料		園外保育		
21	金	せんべい 牛乳		クリスマスランチ		
22	土			土曜給食	菓子	
25	火	ビスケット お茶		米飯 味付け鶏のから揚げくん キャベツのゆかりあえ いわしのつみれ団子汁 りんご	マドレーヌ 牛乳	
26	水	せんべい お茶		炊き込みごはん ちくわの磯辺揚げ 青菜のごま和え 年越し汁 オレンジ	スノーボール お茶	

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	603	20.9	17.9	215	3	432	0.32	0.49	44	5.2	1.9
目標量	573	22.9	15.9	258	2.4	200	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	105	91	113	83	125	216	103	136	244	113	100
3才未満児	537	18	15.5	220	2.6	371	0.28	0.46	41	4.7	1.6
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	187	0.25	0.27	18	3.7	1.6
充足率(%)	116	97	121	104	113	198	112	170	228	127	100

* 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

●年末・年始希望保育の給食について
 12月27.28日 給食あります。
 1月4日 給食はありませんので弁当持参でお願いします。



おたのしみ弁当 12月13日(木)



給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に自分で詰めます。毎月おたのしみ弁当の日がありますので、忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。
 (ふじ・つばき・さくら・うめ)

