

令和6年12月 あおぞら保育園 献立表

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル バナナ ワカメスープ 牛乳 ふかし芋	きのこ入りカレー コールスローサラダ パイナップル コンソメスープ 牛乳 りんご	ごはん 鮭のゴマ照り焼き 五目豆煮 キウイ かきたま汁 牛乳 コンソメポテト	ごはん バーベキューチキン ツナマカロニサラダ りんご じゃが芋のみそ汁 牛乳 シュガートースト	菜飯 メンチカツ ブロッコリーサラダ みかん 豆腐のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
9	10	11	12	13
ごはん さばの塩焼き 切り干し大根の煮物 パイナップル 豚汁 牛乳 みかんヨーグルト	ごはん ささみフライ ポテトサラダ キウイ もやしのみそ汁 牛乳 フレンチトースト	ふりかけごはん 洋風玉子焼き スパサラ バナナ 切り干し大根のみそ汁 牛乳 プチ肉まん	ごはん チリコンカン 花野菜サラダ みかん ベーコンスープ 牛乳 麩ラスク	ごはん 白身魚のバターしょうゆ焼き キャベツと春雨のサラダ カップヨーグルト 厚揚げのみそ汁 牛乳 バナナ
16	17	18	19	20
スパゲティミートソース ブロッコリーとチーズのサラダ バナナ コンソメスープ 牛乳 アスパラガスビスケット	ツナカレー たまごサラダ りんご 春雨スープ 牛乳 ホットケーキ	ごはん 松風焼き ほうれん草の信田和え 納豆 大根のみそ汁 牛乳 バナナ	ごはん さばのみそ煮 ビーフソテー パイナップル 麩のすまし汁 牛乳 ふかし芋	ごはん 八宝菜 かぼちゃの煮物 みかん かきたま汁 牛乳 スティックパン
23	24	25	26	27
ごはん 鮭の塩焼き じゃが芋入りひじき煮 パイナップル しめじのみそ汁 牛乳 バナナヨーグルト	ごはん 鶏肉の唐揚げ ツナサラダ クリスマスデザート コンソメスープ 牛乳 クレープ	ごはん 野菜いろいろ肉団子 春雨サラダ みかん ほうれん草のみそ汁 牛乳 手作りゼリー	わかめごはん 五目玉子焼き マカロニサラダ バナナ 切り干し大根のみそ汁 牛乳 ジャムサンド	ドライカレー かぼちゃのサラダ キウイ もずくスープ 牛乳 ビスコ
				

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー600kcal たんぱく質24.5g カルシウム270mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー590kcal たんぱく質24.1g カルシウム260mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。