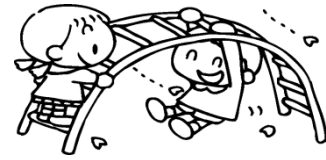


# 12月 給食だより



No.52

菫根本幼稚園 H30.11.29

今年もあとわずかとなりました。平成最後の年末を迎えます。「師走」ともいわれる12月は、年末のあわただしさに加え、クリスマスや年越し、お正月など楽しい行事が続くため、食生活も乱れがちになります。帰宅時の手洗いやうがいはもちろんのこと、十分な休養とバランスのとれた食事をとり元気に過ごしましょう。

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
ちゃんぽん麺 牛乳 竹輪の磯辺揚げ バナナ	ビビンバ 牛乳 春雨スープ パイナップル	ミートスパ 牛乳 コロッケ りんご	バターコッペ 牛乳 薩摩芋のシチュー 花野菜のサラダ みかん	納豆ごはん 牛乳 豚汁 ミニフィッシュ グレープフルーツ
麺 豚肉 えび キャベツ 人参 葱 蒲鉾 生姜 鶏が らスープ 醤油 片栗粉 も やし 玉葱 はんぺい きく らげ スープ 竹輪 てんぷ ら粉 青のり	白米 酒 ゴマ油 豚肉 醬 油 砂糖 生姜 大蒜 もや し いんげん 人参 ぜんま い ごま 春雨 ハム コー ン しいたけ 法蓮草 鶏が らスープ	スパ 豚肉 玉葱 人参 マ ッシュルーム ピース ピュ ーレ トマト ケチャップ ソー ス ワイン チーズ	薩摩芋 人参 玉葱 しめじ 法蓮草 鶏肉 クリームシチ ュー コーン ブロッコリー カリ フラワー ハム キャベツ ドレッシング	白米 麦 納豆 人参 大根 牛蒡 豚肉 豆腐 あげ 葱 蒟蒻 味噌 かつお 昆布
食塩相当量 1.6 g	1.4 g	1.9 g	1.8 g	1.4 g
おやつ —	—	—	—	ばかうけ
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
わかめごはん 牛乳 五目汁 手羽中のゴマ揚げ ニゼリー	じゃこご飯 牛乳 田舎汁 金時豆 オレンジ	ハムピラフ 牛乳 ポトフ チーズ パイナップル	イカと里芋のご飯 牛乳 にら玉汁 秋刀魚のゴマ揚げ バナナ	きなこもち 牛乳 味噌煮込みうどん みかん
白米 麦 わかめ 鶏肉 片 栗粉 ゴマ 砂糖 醤油 み りん 酢 豆腐 あげ 葱 人参 大根 蒟蒻 かつお 昆布	白米 麦 じゃこ 醤油 砂 糖 生姜 金時豆 人参 大 根 小松菜 豆腐 あげ 薩 摩芋 しめじ 蒟蒻 味噌 かつお 昆布	白米 麦 人参 玉葱 ハム バター コソメ コーン ピー ス キャベツ じゃが芋 ウ インナー 人参 ベーコン 玉葱 コソメ 鶏がらスープ パセリ	白米 麦 鶏肉 人参 ピー ス 蒟蒻 いか 里芋 醤油 酒 みりん 砂糖 にら 豆 腐 人参 玉葱 白だし か つお 昆布	きな粉 砂糖 塩 うどん 人参 鶏肉 あげ 蒲鉾 椎 茸 葱 牛蒡 味噌 醤油 かつお 昆布
1.4 g	1.6 g	2.0 g	1.4 g	1.4 g
きなこもち	バタークッキー	星食べよ	味噌半月	ラムネ
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
鮭ご飯 牛乳 関東煮 うずらの卵 ヨーグルト	他人丼 牛乳 味噌汁 プルーン	ハヤシライス 牛乳 ヨーグルトサラダ	バターコッペ 牛乳 唐揚げ エビとブロッコリーのサラダ コンソメスープ ニゼリー	ラーメン 牛乳 春巻き みかん
白米 麦 鮭 大根 人参 蒟蒻 はんぺい 竹輪 がん も 味噌 砂糖 かつお 昆 布 みりん	白米 麦 豚肉 人参 玉葱 卵 ピース 醤油 砂糖 み りん なめこ わかめ 豆腐 あげ 味噌 かつお 昆布	白米 麦 人参 玉葱 豚肉 ピース トマト ハヤシルー デミグラスソース ワイン ケ チャップ しめじ みかん 桃 パイナップル バナナ ヨーグ ルト 生クリーム	鶏肉 醤油 酒 大蒜 生姜 ブロッコリー 人参 エビ ドレッ シング キャベツ 玉葱 ベ ーコン 椎茸 えのき コソメ	麺 ハム なんと巻 人参 もやし 葱 白菜 小松菜 シャンタン 醤油 中華スー プ
2.0 g	1.7 g	1.5 g	1.9 g	1.9 g
揚一番	ウエハース	海苔巻きあられ	ケーキ ジュース	—
24 (月)	25 (火)	(水)	(木)	(金)
振替休日	ウインナーとコーンのピラフ 牛乳 ワンタンスープ パイナップル			☆天候や都合によって、 献立やおやつを急に変更 することがあります。 ご了承ねがいます。
	白米 麦 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バタ ー コソメ ワンタン 豚肉 玉葱 青梗菜 中華スープ 醤油			
g	1.4 g	g	g	g

