

2020年 12月



献立表



このみ坂保育園

| 日 | 曜 | にし・そよかぜ 朝おやつ | 種 | 献立 | 給食カロリー | 3時のおやつ | | おやつカロリー |
|----|---|-----------------|---|------------------------------|--------|--------|-------------|---------|
| 1 | 火 | おせんべい ビスケット | 焼 | まぜごはん 焼き魚 煮なます みそ汁 | 384 | 牛乳 | ふかしいも | 216 |
| 2 | 水 | 魚肉ソーセージ | 煮 | ごはん 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ スープ | 409 | 牛乳 | きなこラスク | 200 |
| 3 | 木 | おせんべい ビスケット | 揚 | ごはん さんまのサクサク揚げ 白和え みそ汁 | 410 | 牛乳 | オレンジゼリー | 182 |
| 4 | 金 | バナナ | 炒 | ごはん 豚肉の生姜焼き 大根サラダ みそ汁 | 400 | 牛乳 | スキム蒸しパン | 229 |
| 5 | 土 | おせんべい ビスケット | 汁 | ドライカレー フルーツヨーグルト スープ | 395 | 牛乳 | バターサブレ | 248 |
| 7 | 月 | バナナ | 焼 | ごはん 塩マリネチキン 甘酢和え 豆乳スープ | 402 | 牛乳 | 人参ジャムサンド | 233 |
| 8 | 火 | おせんべい ビスケット | 揚 | ごはん すり身揚げ きゅうりとちくわのごま和え みそ汁 | 400 | 牛乳 | きなこマカロニ | 159 |
| 9 | 水 | 魚肉ソーセージ | 炒 | ごはん 八宝菜 酢の物 スープ | 396 | 牛乳 | 金時煮豆 | 215 |
| 10 | 木 | おせんべい ビスケット | 焼 | ごはん スペイン風オムレツ コーンフレークサラダ スープ | 409 | 牛乳 | 小松菜おにぎり | 222 |
| 11 | 金 | おせんべい ビスケット | 焼 | ごはん 魚の西京焼き ひじきの炒り煮 のっぺい汁 | 400 | 牛乳 | マドレーヌ | 235 |
| 12 | 土 | おせんべい ビスケット | 麺 | おにぎり ちゃんぽん みかん | 389 | 牛乳 | ちんすこう | 172 |
| 14 | 月 | バナナ | 焼 | ごはん 鶏肉のマーマレード焼き スタミナサラダ スープ | 393 | 牛乳 | お好み焼 | 250 |
| 15 | 火 | おせんべい ビスケット | 煮 | ごはん 煮魚 さつまいもサラダ みそ汁 | 383 | 牛乳 | 黒糖蒸しパン | 247 |
| 16 | 水 | 魚肉ソーセージ | 揚 | ごはん からあげ きゅうりとハムのごま酢和え みそ汁 | 404 | 牛乳 | ぶどうゼリー | 211 |
| 17 | 木 | おせんべい ビスケット | 焼 | ごはん 魚のマヨネーズ焼き 納豆和え みそ汁 | 403 | 牛乳 | スコーン | 235 |
| 18 | 金 | おせんべい ビスケット | 汁 | カレーライス もやしのごま酢あえ スープ | 411 | 牛乳 | バナナカップケーキ | 231 |
| 19 | 土 | おせんべい ビスケット | 麺 | おにぎり 肉うどん ツナマヨサラダ | 382 | 牛乳 | りんごヨーグルトケーキ | 227 |
| 21 | 月 | バナナ | 炒 | ごはん 麻婆豆腐 ばんさんす スープ | 405 | 牛乳 | プリン | 233 |
| 22 | 火 | おせんべい ビスケット | 焼 | ごはん タンドリーチキン 五目大豆煮 スープ | 401 | 牛乳 | ホットケーキ | 234 |
| 23 | 水 | 魚肉ソーセージ | 焼 | ごはん 魚の照り焼き 炒り豆腐 みそ汁 | 386 | 牛乳 | ココア蒸しパン | 235 |
| 24 | 木 | おせんべい ビスケット | 焼 | ごはん ミートローフ ビーフンサラダ スープ | 409 | 牛乳 | カップケーキ | 213 |
| 25 | 金 | おせんべい ビスケット | 煮 | ごはん すき焼き風煮 酢の物 みそ汁 | 398 | 牛乳 | クッキー | 222 |
| 26 | 土 | おせんべい ビスケット | 麺 | パン ミートスパゲティ スープ | 388 | 牛乳 | ビスケット | 234 |
| 28 | 月 | おせんべい ビスケット | 汁 | ハヤシライス フレンチサラダ スープ | 404 | 牛乳 | チーズ蒸しパン | 237 |

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承願います。