

令和5年 12月 献立表

えるむの森認定こども園

11月30日発行

花組

月	火	水	木	金	土	
 12月22日 クリスマス会					1 ごはん 味噌汁 味噌カツ きんぴらごぼう オレンジ 蒸しかぼちゃ 牛乳	2 きつねうどん 牛乳 バナナ しらすおにぎり 麦茶
4 カレーライス 白菜スープ トマトとレタスのサラダ みかん ヨーグルトケーキ 牛乳	5 ごはん 田舎汁 さばの塩焼き ひじきの和風サラダ オレンジ おからチョコブラウニー 牛乳	6 パターロール コーンポタージュ チキンチャップ マカロニサラダ パイ 昆布と枝豆おにぎり 麦茶	7 塩ラーメン 麦茶 大学芋 バナナ ミニ食パンマール 牛乳	8 ごはん 味噌汁 オムレツそぼろあん 小松菜の納豆和え みかん ミルクもち 牛乳	9 焼きそば 麦茶 バナナ パンケーキ 牛乳	
11 ごはん 味噌汁 揚げの卵とじ ツナとインゲンの和え物 オレンジ さつまいもおやき 牛乳	12 ごはん 豆乳スープ 鶏肉のピザ焼き 海藻サラダ パイ キャベツのお好み焼き 牛乳	13 ごはん キャベツスープ マーボー豆腐 ほうれん草とハムのナムル みかん ココアちんすこう 牛乳	14 ごはん さつま芋汁 豚肉の生姜炒め 小松菜のごま和え りんご 小魚とチーズ 牛乳	15 ごはん 清汁 たらの磯天ぷら 生揚げの味噌炒め オレンジ メープル蒸しパン 牛乳	16 ミートスパゲティー 牛乳 バナナ わかめおにぎり 麦茶	
18 三色丼 味噌汁 切干大根サラダ みかん 青のり麩ラスク 牛乳	19 醤油ラーメン 麦茶 みそポテト バナナ ハニーチーズサンド 牛乳	20 ごはん ひじきの味噌汁 赤魚の煮魚 白菜ののり和え オレンジ おからケーキ 牛乳	21 大豆入りじゃこ御飯 味噌汁 千草焼き もやしと小松菜のおかか和え パイ カナッペ 牛乳	22 ピラフ パンブキンスープ ハンバーグ ブロッコリーサラダ みかん クリスマスケーキ 牛乳	23 ジャーチャー麺 麦茶 バナナ ベルギーワッフル 牛乳	
25 ハヤシライス チンゲン菜スープ 盛り合わせサラダ りんご フルーツポンチ 牛乳	26 ごはん 味噌汁 肉豆腐 小松菜のなめ草和え バナナ マールケーキ 牛乳	27 ごはん けんちん汁 ほっけのゴマ味噌焼き 炒め納豆 オレンジ きなこマカロニ 牛乳	28 中華丼 中華スープ シューマイ パイ プリン 牛乳			

(3才未満児)エネルギー 482 kcal たんぱく質 18.2 g
 (以上児)エネルギー 539 kcal たんぱく質 21.3 g

※都合により献立を変更させていただくことがありますのでご了承下さい。何かご心配、お気づきの点などございましたら、お知らせ下さい。