



12月 給食献立表

(3~5歳児)



令和3年12月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	お や つ	エネルギー (kcal)
1 水	☆創立50周年記念 お祝いメニュー 紅白ごはん・ほっけの塩焼き・小松菜の彩りナムル・花麩のみそ汁	人参 ほっけ切身 小松菜 白菜 錦糸卵 花麩 大根 しめじ	おかし 麦茶	334
2 木	しょうゆラーメン・肉しゅうまい・フルーチェ	中華麺 なたもやしほうれん草 玉ねぎ 人参 鶏卵 肉しゅうまい	スナック スティック 牛乳	361
3 金	ごはん・具だくさん卵焼き・チンゲン菜の納豆和え・さつま汁・オレンジ	鶏卵 チンゲン菜 人参 納豆 さつまいも 鶏もも 糸こんに	かぼちゃ餅 牛乳	458
4 土	ごはん・生揚げのケチャップ炒め・ひじきの煮物・もやしのみそ汁	生揚げ ウィンナー ひじき 糸こんに 小松菜 もやし 鶏卵	おかし 牛乳	373
6 月	ごはん・さつまいもカレー・福神漬・わかめの酢の物・ぶどうジュース	さつまいも 豚もも肉 玉ねぎ 人参 塩蔵わかめ きゅうり	おかし 牛乳	566
7 火	ジャムサンド・チキンピカタ じゃがいものココロサラダ・春雨のコンソメスープ	食パン 鶏もも肉 じゃがいも 鶏卵 魚肉ソーセージ 春雨	いちごババロア 麦茶	480
8 水	ごはん・さばの生姜煮・ピーマンのツナ和え・みそけんちん汁・りんご	さば切身 ビーマン ツナフレーク 木綿豆腐 大根 人参 ごぼう	おかし オレンジ ジュース	481
9 木	彩りにゅうめん・揚げ出し豆腐・元気ヨーグルト	そうめん 錦糸卵 ほうれん草 なたも 大根 人参 焼き豆腐	チョコブレッド 牛乳	433
10 金	プルコギ丼・ミニトマトと鶏ささみの中華サラダ・わかめスープ	豚肩ロース肉 春雨 ミニトマト 鶏ささみ 塩蔵わかめ 長ねぎ	おかし 牛乳	383
11 土	ごはん・親子煮・マカロニとカニカマのごまドレ和え・高野豆腐のみそ汁	鶏卵 鶏もも肉 マカロニ カニカマ 高野豆腐 小松菜	おかし 牛乳	430
13 月	ごはん・ウィンナーシチュー・大根のマヨサラダ・白ぶどうジュース	ウィンナー じゃがいも 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり ツナフレーク	おかし 牛乳	611
14 火	パンズパン・かれいフライ キャベツときゅうりの中華サラダ・ミネストローネ	バターロール かれい切身 キャベツ コーン トマト 缶	納豆巻き 麦茶	433
15 水	《おもちゃつき会》 塩昆布おにぎり・お雑煮・ほうれん草の白和え・みかん	鶏もも肉 白菜 大根 ごぼう しいたけ ほうれん草 木綿豆腐	おかし りんご ジュース	581
16 木	クリームスパゲッティー・BLTスープ・りんごヨーグルト	スパゲッティー 鶏もも肉 ベーコン レタス トマト 鶏卵	ピザトースト 牛乳	537
17 金	ごはん・生揚げの中華煮・里芋のおかか和え・五目みそ汁	生揚げ なたも 白菜 里芋 水煮 油揚げ 長ねぎ 大根 人参	チョコバナナ 牛乳	379
18 土	ごはん・トマトミートオムレツ・すき昆布の炒め煮・豆腐のみそ汁	トマトミートオムレツ すき昆布 糸こんに 人参 木綿豆腐 なめこ	おかし 牛乳	332
20 月	ごはん・キーマカレー・福神漬・春雨の甘酢和え・りんごジュース	豚挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 春雨 きゅうり ツナフレーク	おかし 牛乳	578
21 火	☆明日は冬至 『ん』のつく食べ物いっぱいメニュー ふりかけごはん・かぼちゃコロッケ・れんこんのごまドレ和え・肉団子のみそ汁	かぼちゃコロッケ れんこん水煮 きゅうり カニカマ 肉団子	ヨーグルト 麦茶	479
22 水	《誕生会》クロワッサン・鶏肉のトマト煮・グリーンサラダ ポタージュスープ・ぶどうゼリー	クロワッサン 鶏もも肉 トマト缶 ブロッコリー コーン かぼちゃ	おかし 牛乳	565
23 木	ごはん・ぶり大根・さつまいものそぼろ煮・せんぎりみそ汁・梨	ぶり切身 大根 さつまいも 鶏挽肉 キャベツ えのき 油揚げ	アメリカン ドッグ 牛乳	500
24 金	☆クリスマスイブ 手作りケーキの日 ソース焼きそば・中華風コンソメスープ・ヨーグルトポンチ	中華麺 豚挽肉 キャベツ クリームコーン缶 玉ねぎ しいたけ	手作りケーキ フルーツ ジュース	441
25 土	ごはん・肉豆腐・スパゲッティーのシルバーサラダ・かき玉みそ汁	焼き豆腐 豚もも肉 スパゲッティー きゅうり 鶏卵 もやし 小松菜	おかし 牛乳	453
27 月	バターロール・ブラウンシチュー・白菜のジュリアンサラダ・野菜ジュース	バターロール 豚もも肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ 白菜	動物シアチーズ 麦茶	482
28 火	年越しうどん・ちくわの天ぷら・ソファール	うどん 鶏もも肉 なたも 白菜 しめじ ほうれん草 ちくわ	メロンパン 牛乳	404

<ねらい>

・日本の行事食を知る。



※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。