

## 令和元年度 12月 献立表

(2歳児)

		昼食献立名	間食献立名
1	日	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
2	月	ご飯・豚肉のしょうが焼き・なめこ汁 大根とツナのサラダ・バナナ	牛乳 抹茶ケーキ
3	火	ご飯・サンマの粉チーズ焼き 肉じゃが・すまし汁・季節の果物	ミルクティー ヨーグルトとりんごのケーキ
4	水	麦ご飯・ハッシュドポーク・ゆで卵 切干大根にんにく醤油和え・季節の果物	牛乳 スイートビーンズ
5	木	ご飯・鮭のマヨネーズ焼き・みそ汁 れんこんとひじきの煮物・バナナ	麦茶ミルク にんじん白玉・みかん
6	金	ご飯・松風焼き・すまし汁 春雨サラダ・季節の果物	牛乳寒天 フライドポテト・キウイフルーツ
7	土	ガーリックピラフ・ポイルウインナー・バナナ ブロッコリーのツナマヨネーズ和え・牛乳	りんごジュース パン・味付小魚
8	日	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
9	月	ご飯・アジの香草パン粉焼き ニラ玉サラダ・すまし汁・バナナ	牛乳 レモンバー
10	火	きのこほうとう・ポイルウインナー 大根の甘酢和え・季節の果物	牛乳 クランベリー蒸しケーキ
11	水	ご飯・チンジャオロース・みそ汁 マカロニサラダ・季節の果物	飲むヨーグルト もちもちボール
12	木	ご飯・鶏肉のちゃんこ煮・季節の果物 小松菜サラダ・金時豆の甘煮	牛乳 木の実ケーキ
13	金	手作りパン・ししゃもフライ ジャーマンポテト・牛乳・バナナ	カルピス みかんご飯おにぎり
14	土	焼きうどん・牛乳・バナナ かぼちゃのはちみつレモン煮	りんごジュース パン・味付小魚
15	日	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
16	月	バターライス・鶏ささみのピカタ・かぶスープ じゃこキャベツのサラダ・季節の果物	牛乳 バナナブレッド
17	火	わかめご飯・サバの香味焼き・みそ汁 かぼちゃのヨーグルトサラダ・季節の果物	牛乳 グリーンピースのカレーコロック
18	水	ご飯・青菜とれんこんのシューマイ にんじんごまサラダ・すまし汁・バナナ	牛乳 きなクリームパン
19	木	イタリアン焼きそば・ほたてスープ さつまいものミルクソース・季節の果物	キャラメルミルク バナナとアーモンドのケーキ
20	金	ロールパン・かぼちゃのグラタン・牛乳 ちくわのさっぱりサラダ・季節の果物	みかんジュース ゆずケーキ
21	土	カレースパゲティ・牛乳 ベイクドポテト・バナナ	りんごジュース パン・味付小魚
22	日	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
23	月	ご飯・鮭フライタルタルソース・みそ汁 大根とさつま揚げのいなこ煮・季節の果物	ヨーグルト・りんごソース のりチーズトースト
24	火	ご飯・鶏肉のマーレード焼き・すまし汁 ほうれん草とハムのサラダ・バナナ	牛乳 ココアスティック
25	水	パセリライス・もみの木ハンバーグ Xmasリースサラダ・大根スープ・季節の果物	ミルクティー クリスマスケーキ
26	木	ほたてとごぼうの炊き込みご飯・みそ汁 ししゃも焼き・鶏肉と野菜のうま煮・季節の果物	牛乳 バナナのソフトクッキー
27	金	ご飯・麻婆豆腐・ゆで卵 刻み昆布とちくわのサラダ・バナナ	牛乳 もちもちポテト
28	土	じゃこピラフ・ポイルウインナー 野菜のゆかり和え・牛乳・季節の果物	りんごジュース パン・味付小魚
29	日	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
30	月	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子
31	火	ご飯・主菜・副菜・バナナ	りんごジュース 菓子

※休日保育の昼食【主菜・副菜】・菓子はパルシステム山梨又は大地を守る会の食品を使用しております。  
※アレルギーがあり、献立の詳しい内容を把握しておきたい方はご相談ください。

<平均栄養価(平日)>エネルギー:510kcal・たんぱく質:19.1g・脂質:15.9g・食塩:1.4g