



令和5年度

12月分献立表

いわさき幼稚園

目標

よくかんでたべましょう

日時		はし	しる	しる	しる	主な材料とその働き			1食分-kcal	脂肪 g
日	曜					血や肉のもとになる	体の調子を整える	熱や力になる	たんぱく質 g	塩分 g
1	金	○	○	○	チキンピラフ コーンクリームスープ ブロッコリーサラダ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん グリーンピース	せいはくまい	549	23.5
						とりももにく ベーコン こなチーズ	ホールコーン クリームコーン パセリ ブロッコリー レタス きゅうり	バター こむぎこ サラダあぶら	19.7	2.4
4	月	○	○	○	ポークカレーライス ゴマドレサラダ みかん	ぎゅうにゅう	たまねぎ かぼちゃ	せいはくまい	576	20.8
						ぶたにく	にんじん レタス きゅうり ホールコーン みかん	じゃがいも しろごま サラダあぶら	15.8	2.5
5	火	○	○	○	バターロール はるさめとにくだんこのスープ コーンサラダ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう	しょうが きゃべつ	ぱん	463	19.9
						ベーコン ぶたひきにく たまご	たまねぎ にんじん ホールコーン レタス きゅうり	はるさめ かたくりこ サラダあぶら	16.7	1.7
6	水	○	○	○	ごはん とりのてりやき あおのりポテト だいこんとあぶらあげのみそしる	ぎゅうにゅう	だいこん にんじん	せいはくまい	532	18.8
						とりももにく あおのり あぶらあげ	ねぎ	じゃがいも サラダあぶら	21.9	1.8
7	木	○	○	○	チーズサンド ワンタンスープ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	ぱん	481	22.2
						チーズ ぶたにく ベーコン ヨーグルト	たけのこ ちんげんさい みかんかん パインかん バナナ	マヨネーズ わんたんのかわ ごまあぶら	18.8	1.4
弁当の日		お弁当の日はありません。								
誕生会		5日(火) ぶどうゼリー								

給食だよりの  
お知らせ

- ★材料の都合により献立を一部変更することがあります。
- ★はし の日は忘れずにおはしをお持たせください。
- ★5日(火)誕生会のおやつは、ぶどうゼリーです。

