

平成29年度

12月 こんだてひょう

とりやまこども園

日 付	曜 日	乳児主食 幼児主食	10時の おやつ	副 食	3 時の おやつ	乳児kcal 幼児kcal	蛋白質 g	脂質 g
1	金	こぎつねごはん	ふがし 麦茶	煮込みおでん ブロッコリーのおかか和え みかん	カルピスゼリー 小魚(未満児はせんべい)	426 510	14.6 16.7	10.8 10.1
2	土	食パン	クッキー 麦茶	ジャムサンド 野菜ジュース	クッキー 麦茶	180 201	5.1 9.4	1.4 2.5
3	日	三色丼	えびせん 麦茶	三色丼 もやし中華炒め 味噌汁	カステラ 牛乳	434 482	15.9 16.8	12.8 13.9
4	月	ごはん	ビスコ 麦茶	カレイのコーン焼き 五目キンピラ りんご 味噌汁	さつまいもトースト 麦茶	462 503	11.6 13.2	12.2 14.5
5	火	ごはん	いもけんぴ 麦茶	タンドリーチキン 春雨サラダ 粉ふき芋 スープ	バナナパイ 麦茶	416 491	12.5 14.8	10.2 10.2
6	水	ごはん	みかん	鮭の海苔ジャム焼き 切干大根煮 味噌汁	芋煮会	502 549	16.8 19.4	16 17.4
7	木	ごはん	ミニゼリー 麦茶	筑前煮 キャベツのレモン和え 味噌汁	ホットビスケット 牛乳	486 427	15.8 18.7	14.2 15.6
8	金	煮込みうどん	ブリッツ 麦茶	煮込みうどん たくあん みかん 麦茶	黒糖蒸しパン ジョア	443 497	13.2 16.6	12.7 14.3
9	土	きのこのクリームスパゲティ	クッキー 麦茶	きのこのクリームスパゲティ サラダ バナナ 牛乳	せんべい 野菜ジュース	400 467	9.8 12.5	10.1 13.2
10	日	うどん	せんべい 麦茶	根菜煮込みうどん ほうれん草の胡麻和え	カントリーマアム 牛乳	425 451	10 11.8	11.3 13.6
11	月	ビビンバ丼	ベビーチーズ 麦茶	ビビンバ丼 胡瓜とカブの浅漬け みかん スープ	ツナマヨコーンピザ 麦茶	428 478	15.8 20.6	12.1 14.8
12	火	食パン	ビスケット 麦茶	白菜と鶏肉のシチュー エビの和風マリネ バナナ 野菜ジュース	おにぎり 麦茶	472 505	13.6 15	13.7 15.7
13	水	ごはん	ぶどうゼリー	フィッシュボール かみかみ和え ブロッコリー 味噌汁	レモンケーキ 牛乳	501 546	14.7 15.9	16.2 18.9
14	木	ごはん	りんご	鶏肉の照り焼き 納豆のしらす和え 味噌汁	すいとん	438 490	12.7 14.5	14.8 17.5
15	金	ごはん	クラッカー 麦茶	鮭の味噌マヨ焼き(未満児は鮭) 大根と厚揚げの煮物 澄まし汁	麦の家クッキー ジョア	435 483	12.3 13.9	13.3 15
16	土	カレーうどん	ぶどうゼリー	カレーうどん サラダ バナナ 牛乳	えびせん 野菜ジュース	420 469	11.4 13.1	12.4 13.1
17	日	ひじきごはん	ポテトチップス 麦茶	ひじきごはん もやしサラダ けんちん汁	プリン	455 498	13.5 16.7	14.5 16.5
18	月	ごはん	ヨーグルト	煮魚 野菜炒め みかん 味噌汁	ウィンナーパイ 麦茶	509 550	12.9 15.5	13.2 15.4
19	火	ごはん	ポテコ 麦茶	豚肉のケチャップ焼き ひじき煮 味噌汁	さつま芋のソフトクッキー 牛乳	416 482	15.8 16.6	10.3 14.8
20	水	食パン	ミレービスケット 麦茶	豆腐のキッシュ ピーマンソテー ウィンナー ミネストローネ	蒸しじゃが りんごジュース	452 486	16.8 18.5	14.2 18.4
21	木	ごはん	バナナ	カレイのパン粉焼き 五目ナムル 味噌汁	塩焼きそば 麦茶	412 459	11.7 12.7	16.1 11.4
22	金	エビピラフ	玄米おこし 麦茶	鶏肉のカレー竜田揚げ マカロニサラダ ブロッコリー スープ	デコレーションケーキ 野菜ジュース	446 492	15.4 17.8	13.4 15.6
23	土	ごはん	クラッカー 麦茶	ハヤシライス グリーンサラダ 味噌汁	ゼリー	448 482	14.1 16.3	10.6 18.3
24	日	親子丼	ビスケット 麦茶	親子丼 白菜サラダ 味噌汁	ヨーグルト	395 427	12.7 13.9	12.6 15.2
25	月	ごはん	歌舞伎揚げ 麦茶	鮭の塩焼き キャベツとウィンナーのソテー 味噌汁	ぶどうゼリー せんべい	398 473	11.4 13.4	10.2 13.7
26	火	ごはん	りんご	八宝菜 野菜の胡麻和え スープ	ドーナツ ジョア	412 499	12.3 14.2	9.3 14.8
27	水	ごはん	きらず揚げ 麦茶	ハヤシライス コールスローサラダ ウィンナー 麦茶	プリン 煮干し(未満児はチーズ)	392 406	10.3 13	11.3 10.6
28	木	煮込みうどん	野菜チップス 麦茶	煮込みうどん 竹輪の磯辺揚げ 胡瓜と若芽の酢の物 みかん	せんべい 野菜ジュース	432 509	9.1 11.7	10.3 12.1
29	金			お休み				
30	土			お休み				
31	日			お休み				

備考 *12月の行事*

2(土) おゆうぎ会

6(水) 芋煮会

8(金) もちつきの日

22(金) クリスマス会