



予定献立表

月

火

水

木

金

土

午前 (未満児のみ)				1	牛乳、白い風船	2	牛乳、リッツ	3	牛乳、きなこ菓子	4	牛乳、せんべい	
昼食				麦ごはん たまごスープ 鶏肉のさっぱり煮 梅ドレッシングサラダ		ごはん かぼちゃの味噌汁 筑前煮		ごはん かぶのすまし汁 豚肉の生姜焼き ツナサラダ		＜発表会＞ 豚肉と玉ねぎのカレー丼 もやしの彩り和え		
午後				牛乳、小豆蒸しパン		牛乳、ドーナツ		フルーチェ		バナナ		
午前 (未満児のみ)	6	牛乳、クッキー	7	牛乳、ウエハース	8	牛乳、白い風船	9	牛乳、リッツ	10	牛乳、きなこ菓子	11	牛乳、せんべい
昼食	ゆかりごはん 小松菜のすまし汁 鶏肉のピカタ 磯香和え		食パン ビーフシチュー りんごサラダ		＜誕生会＞ 麦ごはん チンゲン菜のスープ 鯖の味噌ヨーグルト漬け 炒り卵のサラダ		ごはん かぶの味噌汁 鶏のから揚げ 小松菜のごま和え		ごはん 野菜スープ ポークビーンズ		中華丼ぶり さつまいもサラダ	
午後	牛乳、せんべい		梅しらすおにぎり		牛乳、バナナケーキ		牛乳、スイートポテト		牛乳、いりこ、クッキー		バナナ	
午前 (未満児のみ)	13	牛乳、クッキー	14	牛乳、ウエハース	15	牛乳、白い風船	16	牛乳、リッツ	17	牛乳、きなこ菓子	18	牛乳、せんべい
昼食	ごはん ほうれん草のすまし汁 鶏肉のマーマレード焼き 切干大根のサラダ		味噌煮込みうどん ひじきと大豆の煮物 伊予柑ゼリー		麦ごはん 中華風あったかスープ ローストチキン 春菊のごま和え		ごはん 豆腐の味噌汁 かれいの煮つけ キャベツのゆかり和え		＜食育の日＞ 近畿・東海地方 ごはん ばち汁 味噌カツ 大根サラダ		焼き鳥丼 キャベツと豚肉の味噌炒め	
午後	牛乳、チーズトースト		とりそぼろおにぎり		牛乳、黒糖まんじゅう		牛乳 レーズンクッキー		お好み焼き		バナナ	
午前 (未満児のみ)	20	牛乳、クッキー	21	牛乳、ウエハース	22	牛乳、白い風船	23	牛乳、リッツ	24	牛乳、きなこ菓子	25	牛乳、せんべい
昼食	チキンカレー ごぼうサラダ みかん		ごはん レタスの味噌汁 チンジャオロース		＜クリスマス会＞ ロールパン コンソメスープ ミートローフ 付)ブロッコリー、にんじん		麦ごはん けんちん汁 あじの塩焼き かぼちゃの煮物		ごはん トマトスープ 鶏肉のパン粉焼き ほうれん草のナムル		肉ごはん ブロッコリーのツナサラダ	
午後	牛乳、ビスケット		牛乳、いちご蒸しパン		牛乳 クリスマスカップケーキ		牛乳 きな粉クリームサンド		ヨーグルト、せんべい		バナナ	
午前 (未満児のみ)	27	牛乳、クッキー	28	牛乳、ウエハース	29		30		31			
昼食	親子丼 白菜とえのきのすまし汁 大根とハムの和え物		ちゃんぽん ひじきサラダ みかん		年末休み🎊		年末休み🎊		年末休み🎊			
午後	牛乳、サンドクラッカー		チーズ昆布おにぎり									



発行日: 令和 3 年 12 月
作成者: 守口



給食だより



子どもたちが大好きなクリスマスの季節ですね。今年も残りわずかとなりますが、栄養バランスのよい食事を心がけて風邪に負けない体づくりを目指していきましょう。

毎月 19 日は食育の日です。
今月は「近畿・東海地方」になります。
(今月は 17 日に実施します。)

●**ばち汁**
兵庫県播州地方の郷土料理。「揖保乃糸」というそうめんが有名で、そのそうめんの端の部分の部分を切り落としたものが三味線の「ばち」の形に似ていることから名前がついたと言われています。

●**味噌カツ**
愛知県の郷土料理。味噌をベースに砂糖や出汁を加えた味噌ダレをとんかつにかけたものです。給食では、鶏肉で代用します。

●**大根サラダ**
近畿・東海地方の多くの地域で大根が伝統野菜のひとつとして食べられています。

滋賀県: 伊吹大根 京都府: 聖護院大根
兵庫県: 轟大根 和歌山県: 和歌山大根
奈良県: 祝大根 大阪府: 田辺大根
三重県: 御園大根 岐阜県: 守口市大根

●**お好み焼き**
大阪と言えば粉物王国!! ということで粉物料理の中から「お好み焼き」をおやつに提供します。



献立平均給与栄養量

エネルギー 未満児 470kcal・以上児 507kcal

たんぱく質 未満児 18.8g・以上児 20.6g

脂質 未満児 16.9g・以上児 16.2g

園の都合により献立を変更する場合がございます。