

三永太陽保育園 12月献立表



※午前のおやつは3歳未満のお子様のみとなっております。
 ※やむを得ず、献立を変更することがございます。ご了承くださいませよう宜しくお願い致します。2024年12月1日

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう ほうれんそうとこまつなせんべい	ぎゅうにゅう ちょぼちょぼクッキー
お昼 ごはん	ジャージャーうどん ゆかりあえ みかんかん	ごはん とりにくのこうみやき れんこんのみそマヨあえ すましじる キウイフルーツ	ごはん あげどうふのわふうあんかけ はくさいとりんごのサラダ みそしる ももかん	ごはん ぶたにくとピーマンのちゅうかいため チーズポテト ワントンスープ オレンジ	ごはん さばのゆうやけソース キャベツのごまあえ みそしる パインかん	プルコギどん ちゅうかあえ わかめスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ さけおにぎり	ぎゅうにゅう しぼりだしクッキー	ぎゅうにゅう やきいも	おちゃ いちごババロア	ぎゅうにゅう かんこくふうチヂミ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	9	10	11	12	13	14
午前 おやつ	ぎゅうにゅう チョコイス	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ぎゅうにゅう こざかなせんべい	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう マリービスケット
お昼 ごはん	わふうスパゲティー わかめとだいこんのサラダ パインかん	ごはん とうにゅうスイートシチュー ひじきとキャベツのサラダ りんご	ごはん かれいのからあげ きりほしだいこんのごまあえ みそしる みかんかん	ごはん にくみそどうふ そえやさい いなかじる ブルーベリーゼリー	ごはん ポークピカタ こまつなのツナずあえ はるさめいりとうにゅうスープ べにまどんな	ピラフ わふうフレンチサラダ やさいたっぷりスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ なっばごはんのおにぎり	ぎゅうにゅう ココアブラマンジェ	ぎゅうにゅう ポテまるくん	ぎゅうにゅう フルーツサンド	ぎゅうにゅう りんごゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	16	17	18	19	20	21
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ほうれんそうとこまつなせんべい	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ハイハイ	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	もやしラーメン だいこんサラダ ももかん	わかめごはん とうふとぶたにくのいために すましじる オレンジ	ごはん さけのチーズきのこあんかけ スピチナサラダ ゆめまるじる ヨーグルト	ふゆやさいかレー せとうちさつぱりあえ りんご	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	やさしいりそぼろどん ちくわとやさいのあえもの かぼちゃのみそしる バナナ
午後 おやつ	おちゃ ジャコにぎり	ぎゅうにゅう わらびもち	ぎゅうにゅう ハッシュドポテト	ぎゅうにゅう ケーキ	おちゃ ももフルーチェ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	23	24	25	26	27	28
午前 おやつ	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ハイハイ	ぎゅうにゅう こざかなせんべい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう きなこもち
お昼 ごはん	マーボーどん もやしのおかかあえ オレンジ	【おたのしみかい】 ☆おたのしみメニュー☆	ごはん すきやきふうに すましじる キウイフルーツ	ごはん あじのなんばんづけ レンコンのきんぴら みそしる パインかん	としこしうどん キャベツのしらすあえ みかん	ぶたにくのあまみそどん すましじる バナナ
午後 おやつ	ぎゅうにゅう にくまん	ぎゅうにゅう いちごムースケーキ	ぎゅうにゅう ベーコン&チーズパン	おちゃ プリン	おちゃ かつおおにぎり	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
午前 おやつ						
お昼 ごはん						
午後 おやつ						

🎄🎅🎁🎄🎅🎁🎄🎅🎁🎄 月間平均栄養摂取量 🎄🎅🎁🎄🎅🎁🎄🎅🎁🎄

一日平均摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
3歳以上児	547kcal	20.5g	17.0g	82.3g	1.6g
3歳未満児	479kcal	18.3g	16.5g	68.5g	1.4g