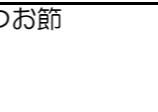
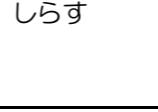
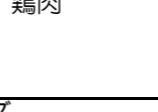
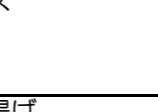
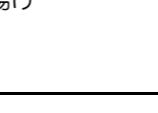


令和5年度

12月分給食献立表

社会福祉法人えどがわ 葛西おひさま保育園

日	曜	献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)	体の調子をよくする
				血や肉をつくる 熱や力となる	
1 栄養士が考えた人気メニュー	金	ハンバーグカレーライス 冬野菜サラダ 白菜スープ みかん	牛乳 いなりにぎり	生クリーム、チーズ、豚肉、鶏肉、ツナ かつお節、牛乳、油揚げ	米、小麦粉、バター、ごま油、砂糖、ごま油、米 
2・16	土	白菜中華あんかけごはん 春雨サラダ じゃがいもスープ	牛乳 焼うどん	豚肉、ツナ、かつお節、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、春雨、ごま じゃがいも、バター、うどん 
4・18 手作りふりかけ	月	ごはん 鮭の塩焼き おろし和え かぼちゃのそぼろあんかけ 大根と油揚げみそ汁	牛乳 りんご ココアプリン	鮭、豚肉、みそ、かつお節、牛乳 油揚げ	米、砂糖、油、プリン素、ホイップクリーム 
5・19	火	北海ラーメン チーズダッカルビ ベリーデザート	牛乳 じゃがまる	豚肉、なると、みそ、かつお節、鶏肉 チーズ、牛乳	中華麺、ごま油、バター、砂糖、さつまいも じゃがいも、油 
6・20	水	中華おこわ 錦糸しゅうまい きゅべつマヨネーズ和え 中華風豆腐汁	牛乳 コーンフレーククッキー	豚肉、卵、かにかまぼこ、豆腐、かつお節 牛乳	米、もち米、ごま油、砂糖、ごま、春雨 ノンエッグマヨネーズ、小麦粉、バター コーンフレーク 
7・21	木	きなこトースト チキンクリームシチュー チーズサラダ 牛乳 7日:冷凍みかん 21日:みかん	お茶 ツナマヨおにぎり	きな粉、鶏肉、牛乳、生クリーム、チーズ ツナ	食パン、バター、砂糖、じゃがいも、小麦粉 油、米、ノンエッグマヨネーズ、ごま 
8・22	金	ごはん はんぺんのはさみ揚げ 白菜しらす和え 豚汁	牛乳 モンブラン風	はんぺん、ツナ、チーズ、卵、牛乳、しらす 豚肉、みそ、かつお節	米、ノンエッグマヨネーズ、小麦粉、パン粉 油、ごま油、じゃがいも、さつまいも、バター 砂糖、ビスケット 
9・23	土	ごはん 豚肉生姜焼き ナムル わかめスープ	牛乳 たまごドーナツ	豚肉、ハム、卵、かつお節、牛乳	米、砂糖、油、ごま油、ごま、小麦粉 バター 
11	月	ミニトソーススパゲティ パインサラダ チングン菜と豆腐スープ	牛乳 マドレーヌ	豚肉、大豆、チーズ、豆腐、かつお節 卵、牛乳	スパゲティ、油、バター、砂糖、小麦粉 ごま油、春雨、蒸しパンミックス 
12・26	火	さつまいもパン 鶏肉マーマレード焼き マカロニサラダ フルーツヨーグルト オニオンスープ 牛乳	お茶 ラーメン	鶏肉、ハム、ヨーグルト、牛乳、ベーコン かつお節	パン、マーマレードジャム、マカロニ ノンエッグマヨネーズ、砂糖、バター 中華麺、ごま油 
13・27	水	こまツナカレーライス 魚竜田揚げサラダ きのこスープ	牛乳 コーンマヨサンド	ツナ、生クリーム、チーズ、白身魚、鶏肉 牛乳	米、小麦粉、バター、油、砂糖、パン ノンエッグマヨネーズ 
14・28	木	鶏塩うどん 鮭マヨじゅがグラタン オレンジゼリ	牛乳 カルシウムおにぎり	鶏肉、油揚げ、かつお節、鮭、チーズ しらす、牛乳	うどん、油、砂糖、ごま油、ノンエッグマヨネーズ じゃがいも、オレンジジュース、ゼリー素、米 
15	金	ごはん 焼きメンチカツ フライドポテト トマト おでん わかめとえのきみそ汁	牛乳 バナナ ビスケット	豚肉、豆腐、鶏肉、厚揚げ、さつま揚げ かつお節、油揚げ、みそ、牛乳、卵	米、パン粉、小麦粉、油、じゃがいも、砂糖 ビスケット 
おたのしみ 25	月	エビピラフ ローストチキン ツリーサラダ ミニストローネ 	牛乳 キャンドルケーキ	えび、鶏肉、チーズ、豚肉、牛乳	米、バター、油、砂糖、じゃがいも、パン ノンエッグマヨネーズ、マカロニ ホイップクリーム 
お誕生日 バイキング 19	火	二種パン 鶏肉唐揚げ ポテト カップサラダ コーンポタージュスープ いちごゼリー	牛乳 クリスマスおやつ	鶏肉、牛乳、ベーコン 小麦粉	パン、じゃがいも、油、砂糖、バター ゼリー素、パイ生地、ホイップクリーム 
 * 3歳未満児 * 3歳以上児		塩 分 (g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)
		1.7	460	19	18
		2	529	21	19

* 10時おやつ・・1・2歳児には牛乳がつきます。

※献立などは材料や仕入れの関係で変更する場合がございます。