

大美野幼稚園



12月給食の献立



日に日に寒さも厳しくなり、今年も残り1か月となりました。

寒さが本格的になり空気が乾燥し始め、風邪やインフルエンザなどにかかりやすい時期です。

朝・昼・夕の3食規則正しく栄養バランスのとれた食事や十分な睡眠で病気に負けないようにしましょう。

| 1日（月） | 2日（火） | 4日（木） | 5日（金） |
|---|--|----------------------|--|
| ① ご飯（かつおみりん） ② ハムカツ ③ チャブチエ（副菜） ④ 揚げぎょうざ ⑤ プロッコリーとレンコンの和え物 ⑥ 厚揚げの煮物 ⑦ ミニゼリー（りんご） 446kcal | ① ご飯（海苔香味） ② 肉じゃが風 ③ チキンリング ④ キャベツのおかか和え ⑤ 焼壳 ⑥ レンコンの唐揚げ ⑦ パイン缶 508kcal | ① ハヤシライス ② 豆乳プリン | 午前保育 |
| 8日（月） | 9日（火） | 11日（木） | 12日（金） |
| 作品展代休 | ① ご飯（ゴマ塩） ② カレーコロッケ ③ スパゲティソテー（トマトケチャップ） ④ ウィンナー ⑤ 小松菜と揚げの煮浸し ⑥ キャロットがんも ⑦ パイン缶 492kcal | 午前保育 | 午前保育 |
| 15日（月） | 16日（火） | 18日（木） | 19日（金） |
| ① ご飯（ゴマ塩） ② 白身フライ ③ キャベツと人参の炒め物 ④ レンコンの唐揚げ ⑤ プロッコリーサラダ ⑥ キャロットがんも ⑦ パイン缶 402kcal | ① ご飯（ゆかり） ② ローストンカツ ③ マカロニのソテー（カレー） ④ ウィンナー ⑤ 小松菜の和え物 ⑥ こうや豆腐の煮物 ⑦ ミレービスケット 425kcal | ① すき焼き丼 ② オレンジゼリー | ① ご飯（ゴマ塩） ② 鶏の唐揚げ ③ 和風スパゲティ ④ フライドポテト（コンソメ） ⑤ ウィンナー ⑥ ミートボール（照焼） ⑦ ミニゼリー（りんご） 557kcal |
| 22日（月） | 23日（火） | 25日（木） | 26日（金） |
| 午前保育 | 午前保育 | ホリデー | ホリデー |

