

# 12月

# キッズ献立カレンダー 後半



|        | 月  | 火   | 水   | 木   | 金  | 土  | 日   |
|--------|--|---|---|---|--|--|---|
|        |  |   |   | 12月15日  | 12月16日   | 12月17日   | 12月18日  |
| おひるごはん |  | <p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株)<br/>応援サポーター<br/>林家たい平師匠</p>                                |   | <p>鉄分強化!ふいかけごはん<br/>鮭のムニエル<br/>鶏肉とかぼちゃの煮物<br/>みそ汁<br/>フルーツ(りんご)</p>                             | <p>愛情弁当の日</p>  | <p>ご飯<br/>助宗タラのごまみそ煮<br/>鶏肉と野菜の炒め物<br/>すまし汁<br/>ヨーグルト</p>                    |   |
| 栄養価おやつ |  |   |   | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>400/17.6/11.4/60.1/0.9</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>ビスケット 86Kcal</p>   |  | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>330/14.9/7.4/52.4/1.0</p> <p>牛乳 121Kcal</p>  |   |
|        | 12月19日   | 12月20日  | 12月21日  | 12月22日  | 12月23日   | 12月24日   | 12月25日  |
| おひるごはん | <p>ご飯<br/>スクランブルエッグ<br/>春雨サラダ<br/>みそ汁<br/>フルーツ(オレンジ)</p>                                     | <p>ご飯<br/>ポテトツナコロッケ<br/>豚肉と大根の炒め煮<br/>すまし汁</p>  | <p>ご飯<br/>豚肉と千両菜の中華炒め<br/>厚揚げともやしのとろみ煮<br/>中華スープ</p>  | <p>ご飯<br/>トマトソースがけハンバーグ<br/>ごぼうサラダ<br/>すまし汁</p>   | <p>鉄分強化!ふいかけご飯<br/>助宗タラの豆乳グラタン風<br/>豚肉とじゃが芋の煮物<br/>みそ汁<br/>フルーツ(バナナ)</p>                       | <p>しろすの米粉かき揚げ丼<br/>鶏ささみと野菜のごま炒め<br/>みそ汁<br/>フルーツ(白桃)</p>                     |   |
| 栄養価おやつ | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>381/11.4/10.2/63.6/1.1</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>カンパン 83Kcal</p> | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>430/13.1/14.0/66.7/1.3</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>卵ポロ 70Kcal</p>           | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>401/18.1/14.2/51.8/0.8</p> <p>牛乳 122Kcal<br/>塩せんべい 75Kcal</p> | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>386/13.0/12.6/56.4/1.1</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>とんがりコーン 66Kcal</p> | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>413/18.3/11.9/60.6/1.0</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>あんサンド 122Kcal</p> | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>401/11.9/10.5/65.8/1.3</p> <p>牛乳 121Kcal</p> | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>399/10.9/10.5/65.8/1.3</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>サッポロポテトバーベQ 39Kcal</p> |
|        | 12月26日   | 12月27日  | 12月28日  | 12月29日  | 12月30日   | 12月31日   |   |
| おひるごはん | <p>ポークカレーライス<br/>白菜サラダ<br/>フルーツ(りんご)</p>   | <p>鉄分強化!ふいかけご飯<br/>千キンソテー<br/>お豆腐サラダ<br/>みそ汁</p>  | <p>半日保育<br/>(給食なし)</p>  | <p>冬休み</p>  | <p>冬休み</p>   | <p>冬休み</p>   |   |
| 栄養価おやつ | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>391/12.0/11.2/64.7/1.4</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>あられ 40Kcal</p>  | <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br/>400/15.9/13.2/55.3/1.0</p> <p>牛乳 121Kcal<br/>クッキー(ムーンライト) 104Kcal</p> |   |   |  |  |   |

\*都合により、献立を変更する場合がございます。