

令和元年（2019年）12月 熊本市保育園給食献立表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					【1か月平均栄養素量】 《未満児（主食込み）》 エネルギー 484kcal たんぱく質 18.8g 脂質 14.6g 《以上児（主食なし）》 エネルギー386kcal たんぱく質 18.4g 脂質 15.3g	
午前	2 牛乳、せんべい	3 牛乳、クラッカー	4 牛乳、ポーロ	5 牛乳、もも缶	6 牛乳、コーンフレーク	7 牛乳、ウエハース
昼食	飯、親子丼 大根の中華風サラダ、バナナ	飯、たまねぎみそ汁 魚のタンドリー風 白菜の菜焼き	飯、白菜のスープ 鶏肉の竜田揚げ わかめとじゃこの酢の物	飯、なすのみそ汁 魚の豆乳クリームソースかけ 大根金平	飯 タイピーエン ちぎり揚げ煮、みかん	飯 中華炒め ビーフすまし汁
午後	牛乳 ごまちゃんすこう	牛乳 豆腐入り甘辛団子	牛乳 りんご、ビスケット	牛乳 かしわおにぎり	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	牛乳 バナナ、ビスケット
午前	9 牛乳、ビスケット	10 牛乳、ポーロ	11 牛乳、せんべい	12 牛乳、チーズ	13 牛乳、クラッカー	14 牛乳、ビスケット
昼食	飯 ハヤシライス かぶとひじきのサラダ、りんご	飯、ふみそ汁 魚のチーズ焼き 納豆和え、バナナ	飯 けんちん汁 鶏レバーのみそ煮	飯、えのみそ汁 ひながんも 白菜のゆかりあえ	飯、じゃがいものみそ汁 春雨入り炒り豆腐 カリフラワーのごま酢和え	飯 かぼちゃと鶏肉の含め煮煮 青菜のすまし汁
午後	牛乳 じゃこトースト	あったかかぼちゃスープ 乾パン	牛乳 小倉煮	牛乳 麩のラスク	牛乳 りんごゼリー、かりんとう	牛乳 みかん、せんべい
午前	16 牛乳、Ca強化ウエハース	17 牛乳、みかん缶	18 牛乳、コーンフレーク	19 牛乳、せんべい	20 牛乳、ポーロ	21 牛乳、クラッカー
昼食	飯 ビーフカレーライス ピクルス、りんご	飯、もやしのスープ 魚のもみじ焼き 白和え	飯、ポテトミートローフ 白菜とコーンの豆乳スープ みかん	飯、ふすまし汁 魚のかば焼き風 はくさいのごま酢和え	飯 おでん風煮 もやし炒め	飯 ポークチャップ丼 野菜スープ
午後	牛乳 きしめんあべ川	牛乳 切り干し大根のおにぎり	牛乳 焼きスパ	牛乳、フルーツヨーグルト 鉄強化ウエハース	牛乳 もっちもちチーズパン	牛乳 ゆかりおにぎり
午前	23 牛乳、チーズ	24 牛乳、せんべい	25 牛乳、クラッカー	26 牛乳、ビスケット	27 牛乳、ウエハース	28 牛乳、せんべい
昼食	飯 花野菜のクリームシチュー じゃこ豆サラダ	飯 魚のクラッカー焼き ミネストローネ、バナナ	飯、白菜と豆腐のみそ汁 貝だくさんオープン焼き かぼちゃのおかか煮	飯 豚汁 ジャーマンポテト、みかん	青菜飯、野菜スープ レバーのから揚げごま風味 りんご	飯 おかずうどん バナナ
午後	牛乳 さくさくきな粉クッキー	牛乳 大豆甘煮	乳酸菌飲料 マーブルホットケーキ	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 菓子パン	牛乳 チーズ、かりんとう

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります
 ※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります