

# 給食献立表

2024年 12月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
2	月	牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き チョレギサラダ ふりかけ 味噌汁	バームクーヘン 麦茶	牛乳 とりもも肉 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 上白糖 ごま油 いりごま	しょうが にんじん カットわかめ レタス きゅうり なめこ ねぎ	433	19.31	13.40	
3	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	かつぱえびせん オレンジジュース	牛乳 からすかれい 卵 さつま揚げ 油揚げ かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ キャベツ たまねぎ	455	16.79	5.49	
4	水	ヤクルト	ご飯 煮込みハンバーグ コールスロー ふりかけ スープ	チョコビスケット 麦茶	ヤクルト 角ハム 卵	精白米 有塩バター 上白糖	たまねぎ ぶなしめじ キャベツ にんじん コーン缶詰 こまつな	460	14.09	13.33	
5	木	ヤクルト	チャンポンうどん 豆腐ナゲット みかん	チーズ蒸しパン 牛乳	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳 チーズ	うどん ごま油 ホットケーキミックス 上白糖 調合油	にんじん たけのこ キャベツ もやし たらねぎ みかん 干しぶどう	682	19.36	19.80	
6	金	ヤクルト	バターライス コーンクリームシチュー レタス サラダ	ソフトサラダ 幼児ぶどう	ヤクルト ベーコン 牛乳	有塩バター 精白米 じゃがいも	たまねぎ パセリ にんじん ブロッコリー マッシュルーム コーン 缶詰 レタス きゅうり 幼児ぶどう	445	14.21	13.00	
7	土	おゆうぎかい									
9	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ 海藻サラダ 味噌汁	フランクフルト 麦茶	牛乳 かたくちいわし ポークフランク	精白米 調合油 観世ふ	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 キャベツ にんじん	458	13.15	16.75	
10	火	ヤクルト	ご飯 鮭のムニエル ミモザサラダ ふりかけ スープ	バナナ ヨーグルト	ヤクルト 生鮭 卵 角ハム ヨーグルト	精白米 薄力粉 有塩バター じゃがいも	にんじん きゅうり 白菜 コーン缶詰 パナナ	443	19.72	6.50	
11	水	ヤクルト	菜めしご飯 シュウマイ ほうれん草とひじきの胡麻和え 太平燕	オレンジゼリー せんべい	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾	いりごま 精白米 すりごま 上白糖 はるさめ ごま油	菜めし ほうれんそう にんじん もやし ひじき 白菜 たまねぎ 干しいたけ	438	11.68	8.78	
12	木	ヤクルト	スパゲティミートソース オレンジ スープ	わかめおにぎり 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉 いりごま 精白米	マッシュルーム たまねぎ にんじん オレンジ コーン缶詰 こまつな 炊き込みわかめ	617	22.34	14.06	
13	金	牛乳	ツナカレーライス 福神漬 大根サラダ スープ	サッポロポテト 麦茶	牛乳 ツナ 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 福神漬 だいこん きゅうり 白菜 ぶなしめじ コーン缶詰	458	11.68	15.28	
14	土	ヤクルト	豚ニラご飯 スティック胡瓜 スープ		ヤクルト ぶたひき肉 なんと	精白米 ごま油	にんじん たまねぎ たらねぎ きゅうり カットわかめ えのきたけ	406	10.99	9.93	
16	月	牛乳	ご飯 納豆 餃子 うましお胡瓜 スープ	塩バナナクリームワッフル 麦茶	牛乳 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油 上白糖 ごま油	きゅうり カットわかめ ねぎ	446	16.53	13.00	
17	火	ヤクルト	ご飯 かじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	りんご 麦茶	ヤクルト めかじき 角ハム 油揚げ かたくちいわし	精白米 三温糖 マカロニ	しょうが きゅうり にんじん こまつな りんご	402	15.72	8.24	
18	水	牛乳	ご飯 オムレツ ブロッコリーソテー ふりかけ スープ	アスパラガス 麦茶	牛乳 ベーコン	精白米 有塩バター	ブロッコリー コーン缶詰 キャベツ たまねぎ にんじん	483	12.29	13.91	
19	木	ヤクルト	五目うどん 揚げシュウマイ みかん	北京饅頭 麦茶	ヤクルト なんと 牛乳 卵	うどん 調合油 薄力粉 はちみつ 上白糖	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ みかん	567	13.59	15.35	
20	金	牛乳	ハッシュドビーフ シーザーサラダ スープ	アンパンマンのソフトせんべい 麦茶	牛乳 豚小間肉 パルメザンチーズ	調合油 精白米 クルトン	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ レタス きゅうり にんじん 白菜 えのきたけ	442	10.08	14.51	
21	土	ヤクルト	焼きうどん オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン なんと	うどん	ねぎ しいたけ えのきたけ にんじん オレンジ カットわかめ コーン缶詰	473	11.26	8.68	
23	月	牛乳	ご飯 コロッケ 野菜サラダ 味噌汁	りんご 麦茶	牛乳 角ハム かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	キャベツ きゅうり にんじん こまつな りんご	425	10.22	10.08	
24	火	牛乳	ご飯 鮭の西京焼き 五色和え ふりかけ 味噌汁	ぼたぼた焼 アップル&キャロット	牛乳 生鮭 かつお節 木綿豆腐 油揚げ かたくちいわし	精白米 三温糖	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 ねぎ	462	20.98	6.82	
25	水	ヤクルト	カレーピラフ チキンリング ポテトサラダ ミルクプリン スープ	X'masケーキ 麦茶	ヤクルト ポークウインナ 角ハム 牛乳	精白米 調合油 有塩バター じゃがいも	たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり コーン缶詰 パセリ	569	14.32	22.77	
26	木	ヤクルト	野菜ラーメン 肉だんごのもち米蒸し みかん	ミニたい焼き 幼児牛乳	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 幼児牛乳	ラーメン ごま油	にんじん たけのこ キャベツ もやし たらねぎ コーン缶詰 みかん	411	17.64	11.39	
27	金	ヤクルト	ガパオライス 拌三絲 タイ風海苔スープ	堅あげポテト 白ぶどう&ほうれん草	ヤクルト ぶたひき肉 卵 角ハム 木綿豆腐	上白糖 精白米 はるさめ ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン きゅうり にんじん 白菜 刻みのり	502	14.85	13.35	
28	土	ヤクルト	菜めしおにぎり ワンタンスープ オレンジ		ヤクルト なんと	いりごま 精白米	菜めし 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ オレンジ	414	8.28	6.34	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	454	14.13	11.70