



令和6年12月

献立表

八幡こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
2	月	甘辛せんべい 牛乳	わかめうどん	にんじんつくね 長芋ソテー グレープフルーツ 麦茶	★和風さつまいもごはん 麦茶
3	火	塩せんべい 牛乳	ご飯	カジキのピカタ かぼちゃサラダ オレンジ 麦茶	★フライドポテト (未)麦茶 (以)牛乳
4	水	ビスケット 牛乳	ご飯	トマトの洋風オムレツ れんこんサラダ バナナ 麦茶	★セサミクッキー (未)麦茶 (以)牛乳
5	木	豆乳ココア	ご飯	さばのカレー煮 冬野菜の白和え トマト グレープフルーツ 麦茶	★スイートパンプキン (未)麦茶 (以)牛乳
6	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	マーボー豆腐 切干大根炒め かぼちゃしょうゆ オレンジ 麦茶	ヨーグルト クラッカー 麦茶
7	土	ウエハース 麦茶	ご飯	中華丼 豆乳味噌スープ バナナ 麦茶	豆乳飲料 甘辛せんべい ビスケット
8	日				
9	月	カルシウムせんべい 牛乳	ご飯	カレイのカレームニエル 野菜のごま和え トマト バナナ 麦茶	★お好み焼き (未)麦茶 (以)牛乳
10	火	クラッカー 牛乳	納豆ご飯	厚揚げの卵とじ 小松菜のナムル オレンジ 麦茶	★キャロットケーキ (未)麦茶 (以)牛乳
11	水	青のりせんべい 牛乳	ご飯	まぐろのおろしかけ のりっこりー かぼちゃバター グレープフルーツ 麦茶	★きなこスコーン (未)麦茶 (以)牛乳
12	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯	ポークビーンズ マッシュポテト グレープフルーツ 麦茶	米粉のプリンタルト (未)麦茶 (以)牛乳
13	金	塩せんべい 牛乳	ご飯	みそ卵焼き さつまいもとひじきの煮物 ほうれん草と人参のすまし汁 オレンジ 麦茶	チーズパン (未)麦茶 (以)牛乳
14	土	ビスケット 麦茶	ご飯	ちゃんちゃん丼 わかめスープ バナナ 麦茶	牛乳 青のりせんべい クラッカー
15	日				
16	月	ミルクココア	ご飯	サーモンのポテサラ焼き しょうゆフレンチ オレンジ 麦茶	★肉みそパゲティ (未)麦茶 (以)牛乳
17	火	パイ菓子 牛乳	ご飯	みそとんかつ トマト すき昆布煮 バナナ 麦茶	★さつまいものオレンジ煮 (未)麦茶 (以)牛乳
18	水	青のりせんべい 牛乳	ご飯	冬野菜のカレー もやしの変わり漬物 グレープフルーツ 麦茶	ヨーグルト ビスケット 麦茶
19	木	ウエハース 牛乳	ご飯	たらのねぎみそ焼き 野菜ののり和え かぼちゃしょうゆ オレンジ 麦茶	★パンキッシュ (未)麦茶 (以)牛乳
20	金	クラッカー 牛乳	ご飯	擬製豆腐 大根とにんじんの紅白煮 さつまいもと小松菜のみそ汁 バナナ 麦茶	★かぼちゃとあずきの蒸しパン (未)麦茶 (以)牛乳
21	土	カルシウムせんべい 麦茶	ご飯	ビビンバ丼 白菜のスープ オレンジ 麦茶	豆乳飲料 ウエハース パイ菓子
22	日				
23	月	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	きのこの和風オムレツ ひじき納豆 かぼちゃバター グレープフルーツ 麦茶	カステラ (未)麦茶 (以)牛乳
24	火	りんごジュース	コッペパン	コーンフ레이크チキン 花野菜のカレーマヨソテー ポテトポタージュ みかん 麦茶	★プリンア・ラ・モード (未)麦茶 (以)牛乳
25	水	塩せんべい 牛乳	野菜ピラフ	サーモンのホワイトソースがけ 冬野菜のトマト煮込み バナナ 麦茶	★トナカイ蒸しパン (未)麦茶 (以)牛乳
26	木	ビスケット 牛乳	ご飯	ブリのこっくり焼き 里芋のごま味噌煮 トマト オレンジ 麦茶	★じゃこのもちもちパン (未)麦茶 (以)牛乳
27	金	豆乳ココア	年越しうどん	豚肉と豆腐の生姜炒め うまっこりー グレープフルーツ 麦茶	米粉のガトーショコラ (未)麦茶 (以)牛乳
28	土	パイ菓子 麦茶	ご飯	カレーライス かぼちゃのポタージュ オレンジ 麦茶	牛乳 青のりせんべい クラッカー
29	日				
30	月				
31	火			大晦日	

♪お知らせ♪

- ・★印のメニューは、手作りおやつです
- ・12月24日(火) 誕生会

※都合により献立を変更する場合があります。

今月の旬の食材

白菜 ほうれん草 れんこん みかん

【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	533	636
たんぱく質(g)	20.9	25.8
脂質(g)	15.2	19.0
食塩相当量(g)	1.3	1.6

