

## 平成 29年度 12月分 献立表

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	金	エイセイポーロ・牛乳	ミルクパン・ツナオムレツ・海藻サラダ・コンソメスープ		フルーツポンチ
2	土	マリー・牛乳	そばろ丼・お浸し・味噌汁		クッキー
3	日				
4	月	ココナッツサブレ・カルピス	ごはん・かれのいの漬け焼き・ちりめん和え・さつま芋の甘煮・味噌汁		ホットケーキ・牛乳
5	火	ウエハース・牛乳	ロールパン・ヒレカツ・マカロニサラダ・オニオンスープ		豆腐まんじゅう
6	水	クラッカー・牛乳	ふりかけごはん・おでん・ぼん酢和え・味噌汁		ピザトースト・牛乳
7	木	マリー・カルピス	ハヤシライス・コールスロー・サラダ・バナナ		セサミクッキー・牛乳
8	金	エイセイポーロ・牛乳	ホットドッグ・ブロッコリーサラダ・人参ポタージュ		コーヒー牛乳ゼリー
9	土	キンピスアスパラガス・牛乳	海鮮ラーメン・中華和え・オレンジ		クッキー
10	日				
11	月	ウエハース・カルピス	黒糖パン・鮭のタルタル焼き・ほうれん草ソテー・ふかし芋・トマトスープ		フルーツヨーグルト
12	火	エイセイポーロ・牛乳	ジャンバラヤ・サラダ・コンソメスープ		ココアサンド・牛乳
13	水	キンピスアスパラガス・牛乳	黒米入りごはん・豚の治部煮・小松菜の納豆和え・味噌汁		フライドポテト・牛乳
14	木	クラッカー・カルピス	豆パン・ポトフ・ツナサラダ・りんご		青菜ふりかけおにぎり
15	金	マリー・牛乳	きつねうどん・南瓜煮・酢の物		レーズンロッククッキー・牛乳
16	土	ココナッツサブレ・牛乳	麻婆丼・春雨の中華和え・わかめスープ		クッキー
17	日				
18	月	マリー・カルピス	ぶどうパン・ポークチャップ・ほうれん草ソテー・粉吹き芋・コンソメスープ		おとクラッカー・牛乳
19	火	ココナッツサブレ・牛乳	焼きそば・棒々鶏サラダ・卵スープ・オレンジ		ベーコンのマフィン・牛乳
20	水	キンピスアスパラガス・牛乳	ロールパン・ハンバーグ・南瓜サラダ・ブロッコリー・コンソメスープ		キャラメルケーキ
21	木	クラッカー・カルピス	ごはん・鶏肉の和風炒め・胡麻和え・味噌汁		アメリカンドック
22	金	ウエハース・牛乳	ビーフカレー・コーンサラダ・チーズ		かぼちゃプリン
23	土		* 天皇誕生日 *		
24	日				
25	月	キンピスアスパラガス・カルピス	* お弁当の日 *		クリスマスケーキ
26	火	クラッカー・牛乳	ごはん・さばの煮付け・酢の物・せんべい汁		チーズ蒸しパン・カルピス
27	水	ウエハース・牛乳	たぬきうどん・レバーと大根の煮物・みかん		わかめおにぎり・田作り
28	木	ココナッツサブレ・カルピス	豆パン・鶏肉の唐揚げ・彩りサラダ・コンソメスープ		ジャムクラッカー・牛乳
29	水				
30	木				

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	573	22.2	17.4	251	2.6	441	0.30	0.36	34	4.4	2.0
目標量	580	21.8	16.1	261	2.4	207	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	99%	102%	108.1%	96%	108.3%	213%	97%	103%	189%	98%	105%
3才未満児	511	19.3	16.3	300	1.9	371	0.25	0.35	25	3.4	1.7
目標量	510	19.1	14	237	2.5	210	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	100%	101%	116%	127%	76%	177%	89%	113%	132%	83%	94%

