

平成 30 年 12 月 給 食 献 立 表

帯広市 こども課

日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ
1 土	焼きそば ワカメスープ 果物	焼きそば ワカメスープ 果物		12 水	ドリア風ピラフ ミニトマト かぶのスープ 豚肉梅味噌焼き 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	ドリア風ピラフ ミニトマト かぶのスープ 豚肉梅味噌焼き 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	カステラ お茶	22 土	味噌煮込みうどん 果物	味噌煮込みうどん 果物	
3 月	ポトフ ニラオムレツ 大根とツナの煮物 もやしごまあえ 果物	ご飯 ポトフ 肉汁 ニラオムレツ 大根とツナの煮物 もやしごまあえ 果物	オールレーズン 一口昆布 牛乳	13 木	なめこ味噌汁 さんま煮魚 大豆五目煮 小松菜しらすあえ 果物	栗ご飯 なめこ味噌汁 さんま煮魚 大豆五目煮 小松菜しらすあえ 果物	おからドーナツ 牛乳	25 火	カレーシチュー ウインナーケチャップ炒め 切干大根煮物 小松菜昆布あえ 果物	ご飯 カレーシチュー ウインナーケチャップ炒め 切干大根煮物 スパゲッティ 小松菜昆布あえ 果物	郭公の里 甘納豆 お茶
4 火	かぶ味噌汁 すりみフライ いもそぼろ煮 白菜のりあえ 果物	菜飯 かぶ味噌汁 すりみフライ いもそぼろ煮 白菜のりあえ 果物	ごまだんご 牛乳	14 金	金時豆のカレー 切干大根スープ もやしあえ 果物	金時豆のカレーライス 切干大根スープ もやしあえ 果物	米菓子 レーズン 牛乳	26 水	玉子すまし汁 さば味噌煮 ひじき煮物 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	ふりかけご飯 玉子すまし汁 さば味噌煮 ひじき煮物 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	米菓子 ブルー 牛乳
5 水	ワカメ味噌汁 果物 豆腐のつくね 切干大根焼きそば風 ほうれん草おひたし	ご飯 ミニトマト 豆腐のつくね ワカメ味噌汁 果物 切干大根焼きそば風 ほうれん草おひたし	クラッカー 甘納豆 牛乳	15 土	和風スパゲッティ コンソメスープ 果物	和風スパゲッティ コンソメスープ 果物		27 木	麩味噌汁 若鶏桑焼き ごぼう炒り煮 キャベツのりごまあえ 果物	ひじきご飯 麩味噌汁 若鶏桑焼き ごぼう炒り煮 キャベツのりごまあえ 果物	米菓子 チーズ 牛乳
6 木	どさんこ汁 鮭照り焼き ひじきとツキコンの煮物 小松菜ごまあえ 果物	ご飯 どさんこ汁 鮭照り焼き チーズ巻き焼き ひじきとツキコンの煮物 小松菜ごまあえ 果物	ホットケーキ 牛乳	17 月	キャベツ味噌汁 かき揚げ天 大根と油揚げの煮物 ほうれん草おひたし 果物	ご飯 キャベツ味噌汁 かき揚げ天 コーンソテー 大根と油揚げの煮物 ほうれん草おひたし 果物	マシュマロおこし 牛乳	28 金	大根と人参の味噌汁 親子煮 さつまいも天ぷら 白菜おひたし 果物	親子丼 大根と人参の味噌汁 さつまいも天ぷら 白菜おひたし 果物	米菓子 一口昆布 お茶
7 金	手づくり醤油ラーメン 果物	おほかおにぎり 手づくり醤油ラーメン 果物	米菓子 ブルー 牛乳	18 火	ほうれん草スープ 高野豆腐玉子とじ 揚げごぼうごまあえ チーズおほかあえ 果物	しめじご飯 ほうれん草スープ 高野豆腐玉子とじ 揚げごぼうごまあえ チーズおほかあえ 果物	あすなろヨーグルト ブリッツ お茶	12月22日(土)は冬至です♪			
8 土	あんかけうどん 果物	あんかけうどん 果物		19 水	高野豆腐味噌汁 肉みそおでん さつまいも甘辛煮 キャベツおひたし 果物	ご飯 高野豆腐味噌汁 肉みそおでん 焼き餃子 さつまいも甘辛煮 キャベツおひたし 果物	ビスケット おしゃぶりスルメ 乳酸菌飲料	冬至とは、1年で最も昼が短く、夜が長い日のことです。冬至には様々な食べ物にまつわる風習があり、柚を湯船に浮かべせたり、小豆やかぼちゃを食べたりすると病気にかかりにくいという言い伝えがあります。保育所の給食でも、21日のおやつに『南瓜団子』がです。			
10 月	豆腐味噌汁 野菜味噌炒め 南瓜と生揚げの煮物 白菜のりあえ 果物	炒め納豆ご飯 豆腐味噌汁 野菜味噌炒め 南瓜と生揚げの煮物 白菜のりあえ 果物	もちもちおやき 牛乳	20 木	❄️❄️❄️ クリスマス会	❄️❄️❄️ クリスマス会	クリスマスケーキ お茶	今月の行事 12月12日(水) 誕生会 12月20日(木) クリスマス会			
11 火	ニラ味噌汁 揚げ魚みぞれ煮 なす味噌炒め 果物 ほうれん草昆布あえ	しらすと三つ葉入りご飯 揚げ魚みぞれ煮 ニラ味噌汁 なす味噌炒め 果物 ほうれん草昆布あえ	米菓子 チーズ 牛乳	21 金	きのこ味噌汁 すき焼き風煮 長いも金平 果物 もやしのりごまあえ	豆ご飯 きのこ味噌汁 すき焼き風煮 長いも金平 果物 もやしのりごまあえ	南瓜団子 牛乳	12月の栄養(平均) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 3歳未満児 543kcal 20.4g 17.4g 2.0g 3歳以上児(副食のみ) 438kcal 18.7g 16.7g 2.2g			

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。