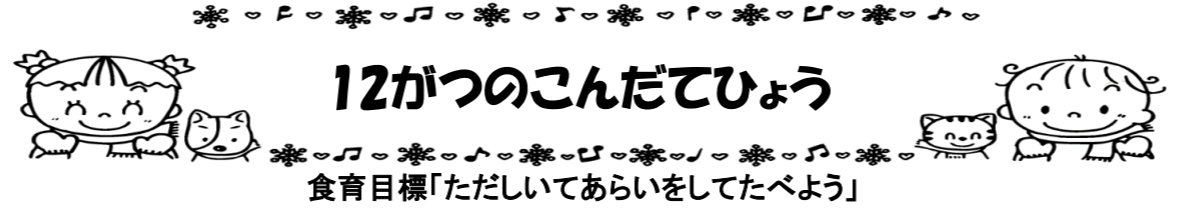


未満児



平成30年12月1日
 浜岡幼保園
 担当 達瑞歩

	ど 主	げ 月	か 火	す 水	も 木	き 金	ど 主	げ 月	か 火	す 水	も 木	き 金	ど 主
日	1	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
行事		きゅうしょく じゅんかい		ひなんくんれん	たんじょうかい	プールきょうしつ							ダンスきょうしつ
おやつ 午前の	ぎゅうにゆう みかん クラッカー	ぎゅうにゆう バナナ せんべい	ぎゅうにゆう りんご リッツ	ぎゅうにゆう パイナップル カルシウムせんべい	ぎゅうにゆう バナナ ビスコ	ぎゅうにゆう みかん ウエハース	ぎゅうにゆう キウイフルーツ クッキー	ぎゅうにゆう みかん リッツ	ぎゅうにゆう バナナ やさいポッキー	ぎゅうにゆう りんご ウエハース	ぎゅうにゆう パイナップル せんべい	ぎゅうにゆう バナナ リッツ	ぎゅうにゆう みかん せんべい
昼食	・ごはん ・マーボー豆腐 ・もやしのナムル ・ちゅうかスープ	・ごはん ・こめコナゲット ・ブロッコリーのおかかあえ ・キャロットスープ	・ごはん ・ぶたにくとだいこんのもの ・こまつなのあえ ・さつまいものみそしる	・ビーフカレー ・ポパイサラダ ・ふくしんづけ ・りんご	・レタスチャーハン ・トナカイハンバーグ ・かにたまスープ ・みかんゼリー	・はいがパン ・はんぺんチーフライ ・ひじきサラダ ・はるさめスープ	・ごはん ・あつあげのちゅうかふう ・タルタルあえ ・じゃがいもとなめこのみそしる	・ごはん ・だいずとウインナーのかきあげ ・フレンチサラダ ・けんちんじる	・ごはん ・さといもグラタン ・ごぼうサラダ ・オニオンスープ	・ジャムパン ・さかなのたつたあげ ・キャベツのごまマヨあえ ・だいこんのみそしる	・ごはん ・しんじゅむし ・もやしとおおなのあえ ・ちゅうかふうコーンスープ	・ごはん ・チーズいりさつまあげ ・キャベツサラダ ・コンソメスープ	・ごはん ・おでんふう ・やさいのあまずあえ ・かきたまじる
材料	こめ とうふ ぶたにく ねぎ にら にんじん もやし きゅうり にんじん はるさめ だいこん わかめ	こめ とりにく とうふ ブロッコリー コーン にんじん たまねぎ キャベツ	こめ ぶたにく だいこん こんにゃく こまつな にんじん えのき しめじ さつまいも にんじん たまねぎ	こめ ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん ぎゅうにく ぶたにく たまねぎ にんじん ほうれんそう ハム コーン とうふ かまぼこ たまご しいたけ ほうれんそう りんご みかん	こめ レタス ねぎ はんぺん キャベツ にんじん コーン ひじき にんじん ほうれんそう しいたけ はるさめ にんじん なめこ	パン はんぺん キャベツ にんじん コーン ひじき にんじん ほうれんそう しいたけ はるさめ にんじん なめこ	こめ あつあげ ぶたにく にんじん たまねぎ たけのこ ブロッコリー かつお たまご きゅうり じゃがいも にんじん なめこ	こめ だいず ウインナー にんじん さやいんげん キャベツ ほうれんそう ちくわ とうふ ぶたにく だいこん こんにゃく にんじん	こめ さといも じゃがいも ブロッコリー ねぎ しめじ ごぼう にんじん ツナ コーン たまねぎ にんじん ぶたにく	パン さかな ねぎ きゅうり コーン キャベツ ごま だいこん にんじん あぶらあげ にんじん チンゲンサイ ねぎ とうふ	こめ おから ぶたにく たまねぎ しいたけ とうふ もやし こまつな にんじん ちくわ にんじん たまねぎ ベーコン コーン	こめ さかな たまねぎ ひじき とうふ だいこん きゅうり キャベツ ハム たまねぎ ベーコン コーン	こめ だいこん にんじん たまご えのき ほうれんそう おつゆふ
おやつ 午後の	ぎゅうにゆう チーズむしパン	ぎゅうにゆう うすやきなっとう	おちゃ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゆう フレンチトースト	おちゃ いちごフルーチェ クラッカー	ぎゅうにゆう だいずフレーク	ぎゅうにゆう バナナのババロア	ぎゅうにゆう フルーツポンチ	ぎゅうにゆう キャラメルスナック	おちゃ やきうどん	ぎゅうにゆう ココアパン	ぎゅうにゆう オレンジゼリー やさいポッキー	ぎゅうにゆう ちんすこう
エネルギー	614kcal	584kcal	543kcal	477kcal	670kcal	610kcal	741kcal	577kcal	594kcal	486kcal	526kcal	702kcal	661kcal
たんぱく質	21.7g	23.3g	16.4g	19.5g	24.9g	22.1g	18.8g	19.7g	24.8g	20.4g	22.2g	26.4g	23.4g
脂質	19.1g	15.8g	18.5g	14.2g	28.1g	21.4g	32.8g	21.4g	20.9g	21.0g	15.6g	29.0g	23.7g
塩分	2.0g	1.9g	1.9g	1.3g	1.6g	1.6g	2.8g	1.5g	1.8g	2.1g	1.5g	2.3g	2.4g

	げつ 月	か 火	すい 水	も 木	きん 金	ど 土	にち 日	か 火	すい 水	も 木	きん 金	ど 土	げつ 月
ひ 日	17	18	19	20	21	22	23	25	26	27	28	29	31
行事			サッカーきょうしつ				ひょうげんかい	クリスマスかい クッキング				ねんまつ とくべつほいく	ねんまつ とくべつほいく
おやつ 午 前 の	ぎゅうにゅう りんご アンパンマンピ スケット	ぎゅうにゅう パイナップル カルシウムせん べい	ぎゅうにゅう キウイフルーツ せんべい	ぎゅうにゅう バナナ ビスコ	ぎゅうにゅう りんご クラッカー	ぎゅうにゅう パイナップル カルシウムせん べい		ぎゅうにゅう キウイフルーツ せんべい	ぎゅうにゅう みかん やさいポッキー	ぎゅうにゅう パイナップル ビスコ	ぎゅうにゅう バナナ ウエハース	ぎゅうにゅう みかん クラッカー	ぎゅうにゅう キウイフルーツ クッキー
昼 食	・ごはん ・クリームシ チュー ・はるさめサラダ ・バナナ	・ごはん ・さんまのチーズ フライ ・きゅうりのごま すあえ ・とうふとしめじ のみそしる	・ごはん ・さつまいものキッ シュ ・コールスローサ ラダ ・わかめスープ	・ごはん ・すきやきふうに ・キャベツのさわ やかづけ ・あつあげとこん さいのみそしる	・クロワッサン ・ごもくラーメン ・はるまき ・だいこんサラダ	・ごはん ・はっぼうさい ・きゅうりのカリカ りづけ ・じゃがたまみそ しる		・サンタさんのわ すれもの ・とりのからあげ ・ブロッコリー ・クラムチャウダー ・フルーツポンチ	・ごはん ・さけのちゃん ちゃんやき ・れんこんのごま すあえ ・ささみとだいこ んのみそしる	・ごはん ・とうふのまさごあ げ ・きりぼしだいこ んのサラダ ・あおなとふのみ そしる	・ミルクロール ・とりやさいうど ん ・むしシューマイ ・みかん ・りんご	・カレーライス ・ドレッシングサ ラダ ・ふくしんづけ ・りんご	・しっとりそぼろど ん ・はくさいのみそ しる ・みかん
材 料	こめ じゃがいも にんじん たまねぎ ウインナー はるさめ キャベツ にんじん コーン ひじき バナナ	こめ さんま ほうれんそう チーズ きゅうり もやし かまぼこ ごま とうふ しめじ ほうれんそう ねぎ	こめ ほうれんそう たまねぎ さつまいも とりにく きゅうり キャベツ にんじん コーン ハム わかめ もやし かまぼこ	こめ ぎゅうにく たまねぎ キャベツ きゅうり パイナップル あつあげ ごぼう にんじん さといも ねぎ	パン めん ぶたにく にんじん キャベツ もやし たけのこ ねぎ だいこん きゅうり コーン	こめ はくさい にんじん ピーマン たけのこ しいたけ ぶたにく えび たまご きゅうり ごま じゃがいも たまご		こめ とりにく たまねぎ にんじん とりにく ブロッコリー あさり じゃがいも たまねぎ	こめ さけ キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり もやし かまぼこ とりにく だいこん にんじん みつば	こめ とうふ とりにく だいこん にんじん きゅうり こめつな にんじん おつふゆ	パン うどん とりにく はくさい にんじん だいこん しゅうまい みかん	こめ ぶたにく たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツ きゅうり にんじん コーン	こめ とりにく さやいんげん はくさい なめこ あぶらあげ ねぎ
おやつ 午 後 の	ぎゅうにゅう チュロス	ぎゅうにゅう みかん クッキー	ぎゅうにゅう きなこマカロニ	のむヨーグルト おからドーナツ	ぎゅうにゅう こめこのおこの みやき	ぎゅうにゅう フライビーンズ		オレンジジュ ース いちごサンタ	おちゃ りんご キャラクター チーズ	おちゃ ミルクずもち カルピスゼリー せんべい	おちゃ カルピスゼリー せんべい	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう せんべい
エネルギー	525kcal	666kcal	622kcal	657kcal	621kcal	491kcal		644kcal	595kcal	579kcal	614kcal	562kcal	504kcal
たんぱく質	13.7g	24.6g	22.8g	26.3g	25.4g	19.9g		26.9g	26.9g	20.8g	21.3g	17.5g	18.2g
脂質	16.7g	29.2g	22.7g	20.4g	19.7g	14.9g		19.9g	15.5g	17.3g	19.5g	19.9g	16.1g
塩分	2.2g	1.5g	1.9g	3.2g	2.1g	1.2g		1.8g	1.5g	1.8g	2.6g	3.1g	1.0g

※玄関に昼食と午後のおやつサンプルがあります。18日(火)さんまのチーズフライ、20日(木)れんこんのごま酢あえ、21日(金)米粉のお好み焼きのレシピを玄関に用意致します。
お家でのメニューの参考になると幸いです。