



# 2024年 12月の献立

臼井幼稚園

日付	主食	おかず	1人分 エネルギー kcal	脂質 食塩相当量	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
2 (月)	ロールパン	プレーンオムレツ、 フレンチサラダ さつまいもシチュー、 パイン	373 11.5g	11g 2.4g	卵、ハム、鶏肉、牛乳、チーズ	小麦粉、砂糖、澱粉、油、さつまいも	キャベツ、きゅうり、人参、レモン、玉ねぎ、パイナップル
3 (火)	ごはん	ぶたにくのしょうが焼き、 ほうれんそうのなめたけあえ わかめとたまねぎのすましじる、 りんご	393 11.7	16.6 1	豚肉、いわし、かつお節	米、砂糖	しょうが、玉ねぎ、ほうれん草、えのき、人参、昆布 わかめ、りんご
5 (木)	ナポリタン	チキンナゲット、 ブロッコリーとコーンのサラダ ジュリアンヌスープ、 カルテつヨーグルト	377 15.7	10.9 2.3	ベーコン、鶏肉、脱脂粉乳、ヨーグルト	スパゲティ、油、小麦粉、コーングリッツ、澱粉 砂糖	玉ねぎ、トマト、ピーマン、ブロッコリー、コーン、キャベツ 人参、椎茸
6 (金)	ごはん	にくだんごのやさいあんかけ、 ひじきのにもの だいこんとねぎのみそしる、 みかん	369 11.3	10.5 1.2	牛肉、鶏肉、豚肉、いわし、かつお節、油揚げ みそ	米、パン粉、砂糖、澱粉、油	玉ねぎ、人参、昆布、ひじき、枝豆、大根 ねぎ、みかん
9 (月)	マーボー豆腐どん	コーンシュウマイ、 きゅうりとちくわのあえもの バナナ	421 13.5	7.8 1.7	豚肉、豆腐、みそ、鶏肉、太刀魚	米、澱粉、ごま油、砂糖、小麦粉 パン粉、油	しょうが、にんにく、玉ねぎ、コーン、きゅうり、人参 バナナ、レモン果汁
10 (火)	ごはん (ミネラルふりかけ)	さばのしおやき、 しらたきといんげんのそばろに よしのじる、 りんご	399 15.4	13.6 1.3	いりこ、さば、豚肉、かつお節、豆腐、鶏肉 油揚げ、いわし	米、ごま、白滝、砂糖、澱粉	昆布、青のり、玉ねぎ、いんげん、人参、大根 りんご
12 (木)	ごはん	とりのたつたあげ、 もやしときゅうりのしらすあえ こまつなとあぶらあげのみそしる、 おうとう	368 12.5	8.2 1.2	鶏肉、しらす、油揚げ、みそ、かつお節	米、油、砂糖、ごま	にんにく、しょうが、きゅうり、人参、もやし、小松菜 黄桃
13 (金)	カレーうどん	やさいかきあげ、 キャベツとコーンのサラダ カルシウムウエハース	387 10.6	13.4 2	豚肉、いわし、かつお節、脱脂粉乳	うどん、澱粉、砂糖、油、小麦粉 ごま油	玉ねぎ、昆布、ごぼう、春菊、人参、キャベツ コーン
16 (月)	ピラフ	もみのきハンバーグホワイトソース、 ほしがたオムレツ、 さけとブロッコリーのサラダ ミネストローネ、 ロールケーキ	425 15.2	13.2 2	鶏肉、豚肉、卵、鮭、ベーコン、牛乳	米、油、砂糖、米粉、澱粉 マカロニ、小麦粉	コーン、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、ブロッコリー セロリ、トマト、キャベツ、いちご



\* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

株式会社 幼稚園給食 佐倉工場 TEL : 043-498-8500