



メニュー表



2024年12月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
2日 (月)	ご飯 豚肉の生姜炒め 野菜のごま風味サラダ おかあさん先生の味噌汁 (玉ねぎ・じゃが芋)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 ごまドレッシング じゃがいも	豚肉 味噌	たまねぎ にんじん しょうが だいこん ブロッコリー	425	14.5	12.3	1.1
3日 (火)	ご飯 鶏(けい)ちゃん焼き パンプキンサラダ チンゲン菜と春雨のスープ	精白米 片栗粉 マヨレ はるさめ ごま油	鶏肉 味噌 	にんじん キャベツ しょうが にんにく かぼちゃ きゅうり チンゲン菜	426	14.1	10.0	1.0
岐阜県の郷土料理「鶏(けい)ちゃん焼き」								
6日 (金)	大豆ミートのスパゲティ チーズ入りサラダ りんご 	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 マヨレ	大豆ミート 鶏肉 牛肉 チーズ	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ キャベツ パプリカ りんご	324	12.1	8.1	1.7
9日 (月)	ご飯 チキンカツ キャベツ添え ひじきの煮付け 味噌汁(油揚げ・大根)	精白米 パン粉 めんつゆ 三温糖	鶏肉 ひじき 油揚げ 味噌	キャベツ パプリカ にんじん グリーンピース だいこん	429	14.2	12.1	1.4
10日 (火)	中華飯 青のりポテト ピーチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも 油 ピーチゼリー	豚肉 青のり	キャベツ にんじん たまねぎ はくさい	447	11.5	9.6	1.1
11日 (水)	ぞうやまカレー 白菜のサラダ 季節の果物【みかん】 ぞうやまカレー♪ 	精白米 じゃがいも カールウ きび砂糖 油 酢	豚肉	たまねぎ にんじん はくさい ほうれん草 みかん 	451	10.3	12.5	1.4
12日 (木)	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツのサラダ	精白米 片栗粉 三温糖 めんつゆ	鶏肉 豚肉 高野豆腐	たまねぎ にんじん いんげん キャベツ ホールコーン	403	14.7	10.0	0.7
13日 (金)	カラフルピラフ 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー添え おかあさん先生の味噌汁 (玉ねぎ・キャベツ) 焼きドーナツ お楽しみメニュー♪ 	精白米 カールウ きび砂糖 片栗粉 油 めんつゆ ドーナツ ミックスチョコ	鶏肉 味噌 ホイップクリーム	たまねぎ にんじん ホールコーン パプリカ いんげん トマトケチャップ しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ	485	16.9	15.0	1.4



メニュー表



2024年12月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
16日 (月)	ご飯 白身魚フライ 厚揚げの煮物 キャロットサラダ	精白米 パン粉 油 三温糖 マヨネ	たら 厚揚げ ロースハム	ほうれん草 にんじん きゅうり	419	13.7	12.5	0.5
17日 (火)	麻婆飯 キャベツとほうれん草のサラダ オレンジゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ オレンジゼリー	豆腐 豚肉 味噌	たまねぎ しょうが にんにく ニラ キャベツ にんじん ほうれん草	405	12.7	6.5	1.3
18日 (水)	ご飯 焼肉風炒め 春雨サラダ 味噌汁(もやし・ねぎ)	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	豚肉 味噌 卵	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり もやし ねぎ	464	16.3	13.7	1.4
19日 (木)	ご飯 照り焼きチキン 大豆のチリコンカン 彩りサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 マヨネ 酢	鶏肉 大豆 豚肉	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく しょうが グリーンピース キャベツ にんじん ブロッコリー	447	18.7	13.4	0.5
平均					427	14.1	11.3	1.1

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

※持ち物 給食の日: 箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
お弁当の日: お弁当、箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
家で箸を使っていない場合、持たせないでください。

※4日(水)は全員お弁当持参になります。お弁当の用意をお願いします。

20日(金)以降の給食はありませんので、ぞうさん教室を利用する方はお弁当の用意をお願いします。

※ぞうやまカレー: 11日(水)はぞうやまカレー作りの日です。年中・年長児は野菜の皮むき等のお手伝いをしますので
エプロン・三角巾を持たせてください。

