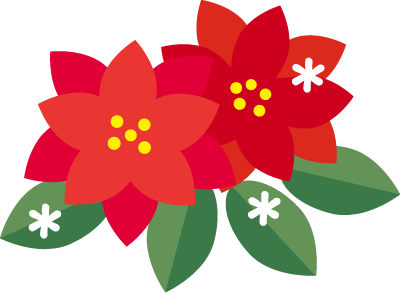
児童発達支援センター伊予くじら





12月の予定献立表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 | ２（月） | ３（火） | ４（水） | ５（木） | **６（金）** |
| 昼食 | ごはん  焼肉風  フレンチサラダ  プチトマト  えのきのチキンスープ　キウイ | 麦ごはん  ちくわとピーマンのきんぴら  さつま芋サラダ  にんじんともやしのナムル  ミネストローネ　バナナ | お弁当  （業者に発注します）  　　ヨシオカ弁当様 | 和風スパゲティ  キャベツのごまマヨ  かぶの甘酢  にら卵スープ  　バナナ | ごはん  肉団子のコーン蒸し  ブロッコリーのツナ和え  プチトマト  チンゲン菜のチキンスープ　キウイ |
| 午後 | 牛乳　ココナッツサブレ | 牛乳　サラダ薄焼き | 牛乳　ビスケット | 牛乳　ぽたぽた焼き | 牛乳 とんがりコーン |
| エネルギー | ５０６Kcal | ５３１Kcal | １１９Kcal | ４３０Kcal | ５００Kcal |
| 日 | **９（月）** | **１０（火）** | **１１（水）** | **１２（木）** | **１３（金）** |
| 昼食 | ごはん  韓国風焼き鳥  なます風サラダ  プチトマト  えのき入り豚肉スープ　みかん | ロールパン  　魚のピカタ  小松菜とひじきのサラダ  もやしのときゅうりのごま酢和え  ブロッコリースープ　バナナ | ごはん  マーボー豆腐  塩昆布和え  プチトマト  若布スープ　りんご | 麦ごはん  鯖のレモン焼き  ひじきの和え物  ボイルブロッコリー  えのきともやしのスープ　バナナ | ごはん  千草焼き  春雨サラダ  プチトマト  キャベツの野菜スープ　みかん |
| 午後 | 牛乳　雪の宿 | 牛乳　源氏パイ | 牛乳　まがりせんべい | 牛乳　ミレービスケット | 牛乳　ベジたべる |
| エネルギー | ５３６Ｋｃａｌ | ６２２Ｋｃａｌ | ４６３Kcal | ４６６Kcal | ５００Kcal |
| 日 | **1６（月）** | **１７（火）** | **１８（水）** | **１９（木）** | **２０（金）** |
| 昼食 | ごはん  豚肉のアスパラ炒め  　　　　　ひじきサラダ  プチトマト  春雨とにらのスープ　キウイ | 食パン  鯖のとトマトのチーズ焼き  ブロッコリーのじゃこ和え  キャベツとハムのサラダ  　コロコロスープ　バナナ | ごはん  手作りナゲット  れんこんのごまネーズ和え  プチトマト  キャベツスープ　りんご | カレーライス  キャベツのゆかり和え  ボイルかぼちゃ  鶏肉と若布のスープ  バナナ | ごはん  豚肉の生姜焼き  ブロッコリーのポテトサラダ  プチトマト  ビーンズスープ　みかん |
| 午後 | 牛乳　かっぱえびせん | 牛乳　エントリー | 牛乳　こつぶっこ | 牛乳　チョイス | 牛乳　星たべよ |
| エネルギー | ５０６Kcal | ５２２Kcal | ５３９Kcal | ５７１Kcal | ６０５Kcal |
| 日 | **２３（月）** | **２４（火）** | **２５（水）お楽しみ会** | **２６（木）** | **２７（金）** |
| 昼食 | ごはん  マーマレードチキン  グリーンサラダ　プチトマト  アスパラと玉ねぎの味噌汁  りんご | ごはん  豆腐とはんぺんのふわふわ焼き  青菜とひじきの酢の物  カラフルピーマン炒め  野菜入りわかめスープ　バナナ | ツナごはん  豆腐ハンバーグ  ブロッコリーときのこのごま酢和え  プチトマト  白菜としめじの豆乳スープ　キウイ | ごはん  サクサクちくわ  ピーマンとベーコンのソテー  大根のサラダ  キャベツスープ　バナナ | 肉うどん  コーンともやしの酢の物  みかん |
| 午後 | 牛乳　キャラメルコーン | 牛乳　ぱりんこ | カルピスウォーター　ミニドーナツ | 牛乳　アスパラガスビスケット | プッチンプリン |
| エネルギー | ５５３Kcal | ４４２Kcal | ６２８Kcal | ５６９Kcal | ３９３Kcal |
| 日 |  |  |  |  |  |
| 昼食 |  |  |  |  |  |
| 午後 |  |  |  |  |  |
| エネルギー | Kcal |  |  |  |  |



