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 |  |  |  |  |





