



2023年度 12月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	金	クラッカー ほうじ茶	黒糖パン 鮭のオーロラ焼き チーズサラダ 玉子スープ バナナ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
2	土	ポーロ 牛乳	あんかけ丼 中華スープ パイン	カステラ 牛乳	
3	日				
4	月	クッキー 牛乳	ごはん 鰯のピカタ 切り干大根煮 豆乳汁 オレンジ	さつまいもレーズン 牛乳	せんべい ほうじ茶
5	火	せんべい ほうじ茶	ごはん 干草焼き 小松菜の海苔和え 油揚げの味噌汁 りんご	マカロニきな粉 牛乳	ポーロ ほうじ茶
6	水	ビスケット 牛乳	ごはん 鱈のゆず風味焼き ひじきの煮物 けんちん汁 バナナ	ツナパン カルピス	せんべい ほうじ茶
7	木	せんべい ほうじ茶	ポロネーゼスパゲティー かぼちゃスープ オレンジ	ひじきチャーハン ほうじ茶	ビスケット 牛乳
8	金	せんべい 牛乳	ライ麦丸パン ハンバーグ ポパイソテー キャベツスープ パイン	焼きビーフン 牛乳	ウエハース ほうじ茶
9	土	せんべい 牛乳	焼きそば 豆腐スープ バナナ	しらすおにぎり 牛乳	
10	日				
11	月	ウエハース ほうじ茶	ごはん 鰯のごまみそ焼き かぼちゃ煮 白菜のすまし汁 オレンジ	バナナケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
12	火	ビスケット オレンジジュース	ごはん すき焼き風煮 わかめの中華和え バナナ	ポテトもち 牛乳	ビスケット ほうじ茶
13	水	クラッカー 牛乳	麻婆豆腐 ブロッコリーのおかか和え 玉子スープ キウイフルーツ	肉まん 牛乳	クッキー ほうじ茶
14	木	せんべい ほうじ茶	麦ごはん 豚の生姜焼き ポテトサラダ わかめスープ オレンジ	フレンチトースト アップルジュース	せんべい カルピス
15	金	クラッカー ヤクルト	黒糖パン 鮭のオーロラ焼き チーズサラダ 玉子スープ バナナ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
16	土	ポーロ 牛乳	あんかけ丼 中華スープ パイン	カステラ 牛乳	
17	日				
18	月	クッキー 牛乳	ごはん 鰯のピカタ 切り干大根煮 豆乳汁 オレンジ	さつまいもレーズン 牛乳	せんべい ほうじ茶
19	火	せんべい ほうじ茶	ごはん 干草焼き 小松菜の海苔和え 油揚げの味噌汁 りんご	マカロニきな粉 牛乳	ポーロ ほうじ茶
20	水	ビスケット 牛乳	ごはん 鱈のゆず風味焼き ひじきの煮物 けんちん汁 バナナ	ツナパン カルピス	せんべい ほうじ茶
21	木	せんべい ほうじ茶	ポロネーゼスパゲティー ミルクスープ オレンジ	★冬至かぼちゃ ほうじ茶★	ビスケット 牛乳
22	金	せんべい ほうじ茶	★チキンカレーピラフ 星ハンバーグ ポテトツリー コーンスープ みかん★	★ショートケーキ ほうじ茶★	ウエハース ほうじ茶
23	土	せんべい 牛乳	焼きそば 豆腐スープ バナナ	しらすおにぎり 牛乳	
24	日				
25	月	ウエハース ほうじ茶	ごはん 鰯のごまみそ焼き かぼちゃ煮 白菜のすまし汁 オレンジ	ココアケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
26	火	ビスケット オレンジジュース	ごはん すき焼き風煮 わかめの中華和え バナナ	ポテトもち 牛乳	ビスケット ほうじ茶
27	水	クラッカー 牛乳	麻婆豆腐 ブロッコリーのおかか和え 玉子スープ キウイフルーツ	あんまん 牛乳	クッキー ほうじ茶
28	木	クッキー ほうじ茶	ゆかりごはん ポークソテー さつまいも煮/ブロッコリー コンソメスープ バナナ	年越しうどん ほうじ茶	せんべい カルピス
29	金		年末休園		
30	土		年末休園		
31	日				

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しております。

お知らせ

★行事食★

12/21(木) 午後おやつ 冬至かぼちゃ
12/22(金) 昼食 クリスマスメニュー

1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	490kcal	19.3g	14.9g	1.3g
3歳以上児	582kcal	23.8g	17.6g	1.6g