



12月になりましたね。
今年もこの1ヵ月で終わります。
今年一年みなさんどんな年でしたか？好き嫌いは減りましたか？
来年も元気に過ごすことが出来るように、
今年最後の月、たくさん食べて元気に過ごしましょ
うね。



月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日
白飯120g ◎豚肉のチーズ焼き ◎赤ウインナー ◎コーンソテー ◎トマトスパゲティ ◎オレンジ	白飯120g ◎メンチカツ ◎厚焼き玉子 ◎スパゲティ付け合わせ ◎たまねぎとベーコンの塩タレ炒め ◎リンゴ缶	◎ラーメン ◎ジャージャー麺 ◎マンゴー缶	白飯120g ◎たらこのムニエル ◎ケチャップ ◎動物高野煮 ◎三色ビーマンソテー ◎オクラスパゲティ ◎グレープフルーツ	パンの日
大豆・豚・乳・牛・鶏・ゼラチン 小麦・オレンジ	小麦・乳・牛・ごま・大豆・鶏 豚・りんご・ゼラチン・卵	卵・小麦・ごま・大豆・豚・鶏 ゼラチン	小麦・乳・大豆	
8日	9日	10日	11日	12日
白飯120g ◎ますのカレームニエル ◎カレーマヨ ◎動物高野煮 ◎ブロッコリー ◎ペンネのケチャップ炒め ◎黄桃缶	白飯120g ◎鶏肉のタルタル焼 ◎バターコロッケ ◎コーンソテー ◎青菜入り春雨炒め ◎オレンジ	白飯120g ◎わかめごはん ◎若鶏から揚げ ◎かにしゅうまい ◎にんじんグラッセ ◎和風スパゲティ ◎白桃缶	白飯120g ◎春巻き ◎炒り玉子 ◎スパゲティ付け合わせ ◎南瓜のそぼろ煮 ◎パイン缶	パンの日
さけ・小麦・大豆・豚・鶏・もも	鶏・小麦・卵・大豆・乳・ごま 豚・オレンジ	小麦・大豆・鶏・卵・えび・かに 豚・乳・もも	小麦・ごま・大豆・鶏・豚・卵 乳	
15日	16日	17日 学校給食（年長のみ）	18日	19日
うどんの日	カレーの日 ☆白ご飯持参	白飯120g ◎タンドリーチキン ◎赤ウインナー ◎ブロッコリー ◎マカロニグラタン ◎グラタントッピング用チーズ ◎オレンジ	白飯120g ◎とんかつ ◎ケチャップ ◎動物高野煮 ◎コーンソテー ◎ミートソースうどん ◎白桃缶	パンの日
		鶏・小麦・大豆・乳・牛・豚 ゼラチン・卵・オレンジ	小麦・乳・大豆・豚・鶏・もも	
22日	23日 学校給食（年長のみ）	24日	25日	26日
白飯120g ◎カレーライス ☆幼稚園でとれた おいも・にんじんトッピング ◎みかん缶 ☆おいもサラダ	白飯120g ◎オムレツ ◎ケチャップ ◎肉だんご ◎いんげんソテー ◎玉ねぎとピーマンのデミグラス煮 ◎みかん缶	白飯120g ◎鶏肉ケチャップ焼 ◎チヂミ ◎中濃ソース ◎ブロッコリー ◎ピーマン炒 ◎リンゴ缶	白飯120g ◎たらこの磯部揚げ ◎赤ウインナー ◎コーンソテー ◎中華風春雨炒め ◎オレンジ	サンドイッチの日
小麦・乳・大豆・鶏・豚	卵・大豆・小麦・乳・鶏・豚 牛・オレンジ	鶏・小麦・大豆・豚・卵・ごま りんご	卵・小麦・乳・大豆・牛・鶏 豚・ゼラチン・ごま・オレンジ	
29日	30日	31日	 <p>QRコードを読んでいただくと 本日のお弁当が見えます！ (食缶給食の場合は見れません)</p>	
年末休み				

※お米は道産なつぼしブレンド米を使用しています。

☆フレア給与栄養量☆

●3～5歳児：エネルギー：390kcal
蛋白質：12.7g～21g
脂 質：8.7g～14g
食塩相当量：1.0g～1.1g未満

年長学校給食体験メニュー

17日	23日
ごはん かき玉スープ ハンバーグ ポテトときのこのガーリック炒め 牛乳	みそラーメン 北海道ひとくち豚まん 和梨ゼリー 牛乳

