

12月(第3週目)の給食

12月13日(月)

ゆかりごはん
鶏肉とかぶの煮物
ほうれん草のお浸し
いりこ
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏ミンチ・いりこ・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・強化米・植物油
砂糖・片栗粉
- 体の調子を整える
かぶ・人参・ほうれん草
えのき



12月14日(火)

麦ごはん
⑧牛肉のつけ焼き
白菜とキャベツのおかか和え
アシドミルク

- 血や肉をつくる
牛肉・かつお節・アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・強化米
植物油・砂糖・片栗粉
- 体の調子を整える
生姜・玉葱・人参・ピーマン
白菜・キャベツ



12月15日(水)

麦ごはん
⑧ローストチキン
ツナサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・ツナ・牛乳
- 熱や力になる
精白米・押麦・強化米
マヨネーズ
- 体の調子を整える
ほうれん草・人参・コーン



12月16日(木)

午前中保育



12月17日(金)

午前中保育

