

## 金光学園こども園(一般)

2022年12月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 牛乳、バナナ	2 牛乳、オレンジ	3 牛乳、果物
昼食				御飯、炒り豆腐、ごま和え	岡山寿司、麩のすまし汁、バナナ	豚肉のオニオン丼、春雨スープ、果物
午後				ミルク、蒜山おこわ	ミルク、ポンデケージョ	お茶、菓子
午前	5 牛乳、菓子	6 牛乳、バナナ	7 牛乳、菓子	8 牛乳、みかん	9 牛乳、バナナ	10 牛乳、果物
昼食	ハヤシライス、かみかみ和え、オレンジ	御飯、牛肉と里芋の煮物、シルバーサラダ	御飯、ほうとう、和風サラダ	御飯、さばのみそ煮、くるみ和え、バナナ、すまし汁	カレーピラフ、大根サラダ、レタススープ、牛乳	キッズビビンバ、にらと豆腐のスープ、果物
午後	ミルク、焼きドーナツ	ミルク、蒸しパン・ジャム(卵なし・豆乳)	ミルク、バナナホットケーキ	ミルク、チーズクッキー	ミルク、さつまいもスティック(塩)	お茶、菓子
午前	12 牛乳、菓子	13 牛乳、菓子	14 牛乳、バナナ	15 牛乳、オレンジ	16 牛乳、バナナ	17 牛乳、果物
昼食	チキンライス、鶏肉のマーマレード焼き、フライドポテト、ブロッコリー トマト、マカロニスープ、ゼ	御飯、鶏とじゃが芋の煮物、すまし汁、みかん	御飯、ひじき団子のあんかけ(焼)、付け合わせ、じゃがいもの味噌汁	御飯、魚のカレーしょうゆ焼き、お浸し、けんちん汁	ハリハリわかめ御飯、ポークビーンズ、小松菜のツナあえ(キャベツ)	野菜たっぷり焼肉丼、みそ汁、果物
午後	ミルク、フルーツ白玉	ミルク、かぼちゃドーナツ	ミルク、焼き芋	ミルク、かみかみおこわ	ミルク、菓子パン	お茶、菓子
午前	19 牛乳、菓子	20 牛乳、バナナ	21 牛乳、菓子	22 牛乳、バナナ	23 牛乳、オレンジ	24 牛乳、果物
昼食	ドライカレー、フレンチサラダ、みかん、牛乳	御飯、肉豆腐(ひき肉)、みそ汁	御飯、若鶏とレバーの生姜煮、厚揚げの味噌汁、バナナ	パン、魚のナッツ揚げ、蒸しかぼちゃ、牛乳スープ	御飯、筑前煮、豆腐のすまし汁、納豆	豚そぼろ丼、みそ汁(さつまい)、果物
午後	ミルク、菓子パン	ミルク、五目釜めし	牛乳、キッシュ	牛乳、きな粉マフィン	牛乳、米粉おに蒸しパン	お茶、菓子
午前	26 牛乳、菓子	27 牛乳、菓子	28 牛乳、菓子	29	30	31
昼食	御飯、鮭の塩焼き、れんこんのきんぴら、わかめのすまし汁	パン、鶏の唐揚げ、ポテトサラダ、野菜スープ、バナナ	年越しうどん、厚揚げの含め煮			
午後	牛乳、サブレ(アーモンド)	牛乳、スイートポテト(米粉・ごま)	リンゴジュース、たいやき			