

12月献立表

聖隷のお保育園 2023年12月乳児食



早いものでもうすぐお正月ですね。今月後半に「おせち料理」を提供します。それぞれの料理には諸説ありますが、今回提供するメニューの由来をご紹介します。【松風焼き】雨や風に耐えて寿命が長いおめでたい松の木にちなんでいます。【紅白なます】その色合いから、お祝いの象徴として彩っています。また、紅白の水引に似ていることから平和を願う縁起物とされています。



☆印のついてる献立について
うさぎ/以降の献立…りす・ひよこ
成長に合わせて献立変更しています。

◎は、かみかみメニューです。

	1 金	2 土
朝おやつ	お茶 紫いもチップ	
昼食	五目ラーメン ◎れんこんサラダ ぶどう豆 バナナ お茶	
おやつ	牛乳 ☆メロンパン/きな粉パン	
エネルギー(kcal)	504	
蛋白質(g)	19.6	
脂質(g)	17.6	
食塩相当量(g)	1.4	

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。
献立の内容は、そちらで確認が出来ます。

	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金
朝おやつ	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット
昼食	のりふりかけご飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁(小松菜・玉葱) もも缶 お茶	かやくうどん ブロッコリーと卵のサラダ 大学芋 キウイ お茶	バターパン 魚のガーリックパン粉焼き キャベツとチーズのサラダ コーンスープ バナナ 牛乳	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) 塩昆布ナムル みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	ご飯 タラのきのこマヨ焼き 人参しりしり すまし汁(豆腐・わかめ) オレンジ お茶
おやつ	牛乳 バナナパンケーキ	牛乳 お好み焼き	お茶 きなこおはぎ	豆乳 ヨーグルト・ウエハース	牛乳 たまごせんべい・かりんとう
エネルギー(kcal)	478	476	452	458	456
蛋白質(g)	17.5	18.0	19.2	18.1	19.2
脂質(g)	16.7	16.3	13.3	16.2	12.9
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.4	1.2	1.0

	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金
朝おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい
昼食	ご飯 厚揚げと豚肉の煮物 ◎切干大根のはりはり漬け みそ汁(キャベツ・油揚げ) りんご お茶	ロールパン ミートローフ 温野菜サラダ 大根のスープ オレンジ 牛乳	ご飯 白身魚の西京焼き ほうれん草のおかか和え ごんぼ汁 キウイ お茶	肉うどん キャロットマリネ 金時豆煮 もも缶 お茶	ご飯 お好み焼き卵卵焼き 春雨サラダ みそ汁(白菜・わかめ) バナナ お茶
おやつ	牛乳 じゃがバター	お茶 いなり寿司	牛乳 チーズホットケーキ	牛乳 きな粉クリームサンド	豆乳 ヨーグルト・英字ビスケット
エネルギー(kcal)	438	490	439	479	445
蛋白質(g)	15.7	19.9	19.5	20.0	17.9
脂質(g)	16.1	18.7	11.4	12.4	12.1
食塩相当量(g)	1.1	1.7	1.2	1.5	1.1

	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土
朝おやつ	お茶 おこめせん	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	
昼食	ご飯 白身魚の竜田揚げ 納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱) りんご お茶	カレーライス ドレッシングサラダ チーズ フルーツポンチ お茶	スパゲティミートソース ポテトサラダ 人参とツナのソテー キウイ お茶	黒糖ロール 鶏ささみのバジル揚げ コールスローサラダ じゃが芋のスープ バナナ 牛乳	ゆかりご飯 さわらの塩こうじ焼き 南瓜のいとこ煮 みそ汁(玉葱・大根) みかん お茶	
おやつ	牛乳 マカロニきな粉	豆乳 ヨーグルト・サブレ	牛乳 りんごのカップケーキ	お茶 ツナチーズおにぎり	牛乳 手作りクッキー	
エネルギー(kcal)	411	510	523	489	441	
蛋白質(g)	18.7	19.9	21.4	21.5	16.0	
脂質(g)	10.5	16.0	15.8	13.5	12.2	
食塩相当量(g)	0.9	1.4	1.7	1.8	1.2	

	25 月	26 火	27 水	28 木
朝おやつ	お茶 ビスケット	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック
昼食	ロールパン ローストチキン スパゲティサラダ コンソメスープ キウイ お茶	ご飯 ぶりの香味焼き ◎筑前煮 かきたま汁(青菜) フルーツポンチ お茶	松風焼き さつま芋きんとん ツナ入りなます 具だくさん汁 りんご お茶	ご飯 さわらのごま味噌焼き ◎ごぼうサラダ すまし汁(白菜・えのき) オレンジ お茶
おやつ	牛乳 トナカイケーキ	豆乳 ヨーグルト・クッキー	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	牛乳 あられ・紫いもチップ
エネルギー(kcal)	501	487	551	393
蛋白質(g)	21.1	21.7	18.2	14.9
脂質(g)	22.8	15.9	17.9	13.6



★今月の絵本献立★
『りんご』童心社

あかいりんご、まるいりんご、きいろいりんご。りんごいっぱい、ああおいしい。

12月20日『りんごケーキ』作りを予定しています。
お楽しみに〜♪

クリスマス祝会

お茶会

特別保育

特別保育

12月献立表

聖隷のお保育園 2023年12月離乳食



早いものでもうすぐお正月ですね。今月後半に「おせち料理」を提供します。それぞれの料理には諸説ありますが、今回提供するメニューの由来をご紹介します。【松風焼き】雨や風に耐えて寿命が長いおめでたい松の木にちなんでいます。【紅白なます】その色合いから、お祝いの象徴として彩っています。また、紅白の水引に似ていることから平和を願う縁起物とされています。



	1 金	2 土
朝おやつ	お茶 紫いもチップ	
昼食	にゅうめん きゅうりと人参のスティック煮 豆腐のくず煮 バナナ お茶	
おやつ	お茶 きな粉パン	
エネルギー(kcal)		316
蛋白質(g)		13.6
脂質(g)		5.7
食塩相当量(g)		2.6

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。
献立の内容は、そちらで確認が出来ます。

	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金
朝おやつ	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット
昼食	お粥 蒸しカレー じゃがいもと人参煮 みそ汁(小松菜・玉葱) りんご お茶	かやくうどん ブロッコリーと卵サラダ(離乳) 蒸しさつま芋 バナナ お茶	お粥 蒸しカレー キャベツの煮物 コーンスープ バナナ お茶	お粥 のり塩だんご 小松菜煮浸し みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	お粥 タラの野菜煮 人参しりしり(離乳) すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ お茶
おやつ	お茶 バナナパンケーキ	お茶 お好み焼き風	お茶 きなこ粥	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 たまごせんべい・紫いもチップ
エネルギー(kcal)	278	300	248	236	236
蛋白質(g)	7.7	9.7	8.8	10.8	9.8
脂質(g)	6.6	5.5	7.3	6.3	4.2
食塩相当量(g)	1.0	0.8	1.0	0.7	0.7

	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金
朝おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい
昼食	お粥 豆腐のそぼろ煮 ステック野菜 みそ汁(キャベツ・油揚げ) りんご お茶	食パン 鶏そぼろのトマト煮 温野菜煮 大根のスープ バナナ お茶	お粥 白身魚の味噌煮 ほうれん草のおかか煮 ごんぼ汁 バナナ お茶	肉うどん(離乳) キャロット煮(離乳) 豆腐のくず煮 りんご お茶	お粥 野菜入りだんご ビーフン煮 みそ汁(白菜・わかめ) バナナ お茶
おやつ	お茶 ふかしじゃが芋	お茶 いなり粥	お茶 チーズホットケーキ	お茶 きな粉サンド	お茶 ヨーグルト・動物ビスケット
エネルギー(kcal)	225	231	298	267	241
蛋白質(g)	8.1	9.4	12.3	12.2	10.2
脂質(g)	5.2	4.4	7.0	5.0	5.0
食塩相当量(g)	0.9	0.9	1.0	1.2	0.5

	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土
朝おやつ	お茶 おこめせん	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	
昼食	お粥 タラの煮付け 納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱) りんご お茶	お粥 ケチャップ煮 野菜サラダ(離乳) バナナ お茶	スパゲティミートソース(離乳) ポテトサラダ(離乳) 人参の甘煮 バナナ お茶	食パン 鶏のトマト煮 キャベツの煮物 じゃが芋のスープ バナナ お茶	ゆかり粥 タラのだし煮 南瓜の甘煮 みそ汁(玉葱・大根) りんご お茶	
おやつ	お茶 マカロニきな粉	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 蒸しパン	お茶 おかか粥	お茶 蒸しパン	
エネルギー(kcal)	255	239	349	236	273	
蛋白質(g)	12.8	9.6	12.3	10.2	8.3	
脂質(g)	4.1	5.9	5.1	4.6	6.6	
食塩相当量(g)	0.8	0.6	1.1	1.2	1.0	

クリスマス祝会

お茶会

	25 月	26 火	27 水	28 木
朝おやつ	お茶 ビスケット	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック
昼食	食パン 鶏つくね照り焼き スパゲティサラダ(離乳) コンソメスープ バナナ お茶	お粥 カレーのしょうが煮 根菜煮(離乳) かきたま汁(青菜) バナナ お茶	お粥 松風焼き さつま芋きんとん 大根煮 具だくさん汁 りんご お茶	お粥 タラのみそ煮 大根煮 すまし汁(白菜・えのき) りんご お茶
おやつ	お茶 トナカイケーキ	お茶 りんごゼリー・クッキー	お茶 蒸しパン	お茶 ビスケット・紫いもチップ
エネルギー(kcal)	303	267	284	201
蛋白質(g)	12.9	7.2	8.4	7.1
脂質(g)	5.6	9.0	4.6	2.8



★今月の絵本献立★
『りんご』 童心社

りんご

あかいりんご、まるいりんご、きいろいりんご。りんごいっぱい、あぁおいしい。

12月20日『蒸しパン』作りを予定しています。お楽しみに～♪