

2021年

12月献立表

服部みどり幼稚園

ノロウイルスに気をつけよう！



ノロウイルスは年中流行する感染性胃腸炎の原因となるウイルスですが
冬場によく発生します。感染力が非常に強く、症状としては嘔吐、下痢、腹痛
などがあります。外出先から帰ってきてから、そして食事の前の手洗いが
感染予防にもなります。よく泡立てた石鹸でしっかり手洗いを行いましょう！



★12月…旬の食べ物★

キャベツ 大根 人参
チンゲン菜 みかん りんご
さば たら ぶり



好き嫌いをなく食べて、元気な体を作りましょう！！

〈給食業者〉 月：ナフス南(株) 火水金：(株)万福

6日(月)			7日(火)			8日(水)			10日(金)		
献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名	
① ごはん (かつおふりかけ)	① 白米		① ごはん (さけふりかけ)	① 白米 発芽玄米		① ごはん (ゆかり)	① 白米 発芽玄米		① カレーライス	① 豚肉 人参 ジャガ芋 玉葱	
② イカフライ	② イカ・小麦		② チキンバー	② 鶏肉 卵成分		② 肉みそビーフン	② ビーフン 鶏肉		② いちごゼリー	② チーズ 白米 発芽玄米	
③ ケチャップ炒め	③ キャベツ・玉葱・人参		③ 葉菜のコンソメソテー	③ 白菜 ウインナー		③ あじの塩焼	③ 玉ねぎ ニラ			② いちご果汁 水飴	
④ 茄子の煮浸し	④ ビーマン・ケチャップ		④ 南瓜のしょうゆ炒め	④ 玉ねぎ 人参		④ 千切大根のカレー煮	④ 高野豆腐の煮付				
⑤ 杏仁豆腐	⑤ 茄子		⑤ 赤かぶかまぼこ	④ 南瓜 枝豆		⑤ 高野豆腐の煮付	⑤ おさつスナックフライ				
	⑤ 砂糖・クリームパウダー(乳)		⑥ たこ焼	④ 南瓜 枝豆		⑥ おさつスナックフライ	⑦ バイン缶				
			⑦ みかん缶	⑤ 魚肉 ほうれん草							
エネルギー		kcal	エネルギー	436	kcal	エネルギー	414	kcal	エネルギー	516	kcal
たんばく質		g	たんばく質	9.6	g	たんばく質	14.9	g	たんばく質	11.5	g
脂質		g	脂質	10.9	g	脂質	8.7	g	脂質	10.3	g
炭水化物		g	炭水化物	72.5	g	炭水化物	67.2	g	炭水化物	91.4	g
食塩相当量		g	食塩相当量	1.3	g	食塩相当量	2	g	食塩相当量	2.3	g
13日(月)			14日(火)			15日(水)			17日(金)		
献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名	
① ごはん (かつおふりかけ)	① 白米		① ごはん (たまごふりかけ)	① 白米 発芽玄米		① ごはん (かつおふりかけ)	① 白米 発芽玄米		① ごはん (ゆかり)	① 白米 発芽玄米	
② ハムカツ	② 衣(パン粉・小麦粉・大豆たん白)		② ボロネーゼスパゲティ	② スパゲティ 玉ねぎ		② 豚の生姜焼	② 豚肉 玉ねぎ		② ソース焼そば	② 焼そば もやし	
③ 玉葱とコーンのソテー	③ チョップドハム(原材料の一部に豚肉・鶏肉を含む)		③ チーズパイ	③ 人参 グリンピース 豚肉		③ 豆腐ハンバーグ	③ 豆腐 キャベツ 玉ねぎ		③ れんこんサラダ	③ キャベツ 豚肉	
④ キャベツの磯和え	④ トンカツソース		④ さわらの西京焼	③ 卵成分 乳成分		④ きのこと葉菜のソテー	④ 人参 鶏肉		④ 牛肉コロンケ	③ れんこん 玉ねぎ	
⑤ 白桃缶	③ 玉葱・コーン		⑤ カリフラワーのボン酢サラダ	④ さわら		⑤ ちくわの煮付	④ 小松菜 ベーコン(豚肉)		⑤ 三角いりの煮付	④ 枝豆	
	④ キャベツ・刻み海苔		⑥ りんご缶	⑤ カリフラワー ツナ(まぐろ)		⑥ ジャガもち	④ しめじ もやし		⑥ みかん缶	④ ジャガ芋 牛肉	
				⑥ りんご缶		⑦ オレンジ(生果)	⑤ 魚肉			⑤ 玉ねぎ 乳成分	
エネルギー		kcal	エネルギー	405	kcal	エネルギー	416	kcal	エネルギー	403	kcal
たんばく質		g	たんばく質	7.8	g	たんばく質	11.8	g	たんばく質	9.2	g
脂質		g	脂質	8.2	g	脂質	11.8	g	脂質	9.1	g
炭水化物		g	炭水化物	72.4	g	炭水化物	63.2	g	炭水化物	69	g
食塩相当量		g	食塩相当量	0.8	g	食塩相当量	1.4	g	食塩相当量	1.7	g



※スプーンをお持ちください

※魚に関しましては、噛みくだける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は場合により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。