



日 曜	乳 児		幼 児	
	午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1 日				
2 月	わかめごはん,豆腐クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(キャベツ),牛乳	クリームサンド,牛乳 かぶのスープ	わかめごはん,豆腐クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(キャベツ)	クリームサンド,牛乳
3 火	ごはん,れんこんハンバーグ ひじきの炒め煮,すまし汁(大根),牛乳	ホットケーキ,牛乳 白菜スープ,くだもの	ごはん,れんこんのはさみ焼き ひじきの炒め煮,すまし汁(大根)	チーズスティッククッキー 牛乳,くだもの
4 水	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,牛乳	鮭おにぎり,牛乳 すまし汁(じゃが芋),くだもの	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,くだもの	鮭おにぎり,牛乳
5 木	中華丼,ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ,牛乳	柿のガレット,牛乳 すまし汁(豆腐)	中華丼,ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ	柿のガレット,牛乳
6 金	ごはん,サバごま味噌焼き ほうれん草の磯和え,すまし汁(麩),牛乳	ココアトースト 野菜スープ,ヨーグルト	ごはん,サバごま味噌焼き ほうれん草の磯和え,すまし汁(麩)	ココアラスク 飲むヨーグルト
7 土	和風ツナスパゲティー さつま芋ミルク煮,大根スープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(白菜)	和風ツナスパゲティー さつま芋ミルク煮,大根スープ	昆布おにぎり,牛乳
8 日				
9 月	きのこうどん,魚しゅうまい,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(かぶ),くだもの	きのこうどん,魚しゅうまい,くだもの	いなり寿司,牛乳
10 火	ひよこ豆のカレーライス マカロニサラダ,かき玉汁,牛乳	焼きそば,牛乳,わかめスープ	ひよこ豆のカレーライス,マカロニサラダ,かき玉汁	焼きそば,牛乳
11 水	ミルクパン チキンナゲット,れんこんマリネ,白菜スープ,牛乳	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(なす)	チーズパン チキンナゲット,れんこんマリネ,白菜スープ	焼きおにぎり,牛乳
12 木	ごはん,さわら梅しょう油焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(里芋),牛乳	サモサギようざ,牛乳 そうめん汁,くだもの	ごはん,さわら梅しょう油焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(里芋)	サモサギようざ 牛乳,くだもの
13 金	ツナ入り炊き込みごはん パンバンジーサラダ,すまし汁(豆腐),牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 コーンのスープ,くだもの	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
14 土	わかめごはん 肉じゃが,キャベツ昆布和え,みそ汁(なす),牛乳	ホットケーキ,牛乳 白菜スープ	わかめごはん 肉じゃが,キャベツ昆布和え,みそ汁(なす)	ホットケーキ,牛乳
15 日				
16 月	ごはん,チキンバーベキュー 切干大根の煮物,みそ汁(さつま芋),牛乳	しらすうどん,牛乳,くだもの	ごはん,チキンバーベキュー 切干大根の煮物,みそ汁(さつま芋)	みたらし団子,牛乳
17 火	ごはん,ぶりの照り焼き 春雨サラダ,すまし汁(はんぺん),牛乳	スイートポテトパイ,牛乳 かぶのスープ,くだもの	ごはん ぶりの照り焼き,春雨サラダ,すまし汁(はんぺん)	スイートポテトパイ 牛乳,くだもの
18 水	ちゃんぽんうどん,里芋じゃこ和え,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(なす),くだもの	ちゃんぽんうどん,里芋じゃこ和え,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
19 木	ごはん,豆腐の中華焼き キャベツのおかか和え,みそ汁(大根),牛乳	人参蒸しパン,牛乳 すまし汁(じゃが芋)	ごはん,豆腐の中華焼き キャベツのおかか和え,みそ汁(大根)	人参蒸しパン,牛乳
20 金	チキンライス,コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	きなこクリームサンド,牛乳 もやしスープ,くだもの	ロールパン,焼きそば,鶏の唐揚げ,ブロッコリー ミニトマト,コールスローサラダ,豆乳コーンスープ	クッキー,牛乳,くだもの
21 土	味噌チャーハン,春雨中華和え,白菜スープ,牛乳	マカロニきな粉,牛乳 すまし汁(大根)	味噌チャーハン,春雨中華和え,白菜スープ	マカロニきな粉,牛乳
22 日				
23 月	雑穀ごはん,マーボー豆腐 もやしのナムル,コーンと卵のスープ,牛乳	メロンパン,牛乳,トマトスープ	雑穀ごはん,マーボー豆腐 もやしのナムル,コーンと卵のスープ	メロンパン,牛乳
24 火	ごはん,鮭のカレーパン粉焼き ブロッコリーごま和え,みそ汁(白菜),牛乳	豚ちぢみ,牛乳,すまし汁(麩)	ごはん,鮭のカレーパン粉焼き ブロッコリーごま和え,みそ汁(白菜)	豚ちぢみ,牛乳
25 水	ごはん,納豆の卵焼き 大根と豚肉の炒め煮,そうめん汁,牛乳	チーズトースト,白菜スープ フルーツヨーグルト	ごはん 納豆の卵焼き,大根と豚肉の炒め煮,そうめん汁	チーズトースト フルーツヨーグルト
26 木	五目うどん,ほうれん草の白和え,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	五目うどん,ほうれん草の白和え,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
27 金	ごはん,白身魚の南蛮漬 キャベツ昆布和え,みそ汁(なす),牛乳	ミートロール,牛乳 かぶのスープ,くだもの	ごはん 白身魚の南蛮漬,キャベツ昆布和え,みそ汁(なす)	ウインナーロール 牛乳,くだもの
28 土	わかめうどん,いりどり,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの	わかめうどん,いりどり,くだもの	いなりおにぎり,牛乳
29 日	年 末 年 始 休 園			
30 月	12月29日~1月3日			
31 火				

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	目標量	494	18.5	14.8	1.8
	摂取量	495	18.8	15	1.8
幼 児	目標量	595	22	17.8	2
	摂取量	596	22.4	18.5	2.1

都合により、献立が変更になる場合がございます



2歳児の牛乳は午後食のみとなり、
幼児おやつへ移行していきます。



