



		乳 児		幼 児	
日 曜		午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1	金	ごはん、カレイ野菜あんかけ かぼちゃミルク煮、みそ汁(切干大根)、牛乳	チョコクリームサンド、牛乳 野菜スープ	ごはん、カレイ野菜あんかけ かぼちゃミルク煮、みそ汁(切干大根)	チョコクリームサンド、牛乳
2	土	ほうとううどん、野菜の炒め煮、牛乳	そばろおにぎり、牛乳 すまし汁(麩)、くだもの	ほうとううどん、野菜の炒め煮、くだもの	そばろおにぎり、牛乳
4	月	わかめごはん、鶏肉マーマレード焼き ブロッコリーのチーズ和え、すまし汁(じゃが芋)、牛乳	きなこトースト、大根スープ ヨーグルト	わかめごはん、鶏肉マーマレード焼き ブロッコリーのチーズ和え、すまし汁(じゃが芋)	きなこクッキー 飲むヨーグルト
5	火	ごはん さばけチャップ煮、大豆五目煮、みそ汁(白菜)、牛乳	チーズ蒸しパン、牛乳 トマトスープ	ごはん さばけチャップ煮、大豆五目煮、みそ汁(白菜)	チーズ蒸しパン、牛乳
6	水	ミルクパン、高野豆腐のクリームグラタン スイートポテトサラダ、もやしスープ	焼きおにぎり、牛乳 みそ汁(かぶ)、くだもの	ミルクパン、高野豆腐のクリームグラタン スイートポテトサラダ、もやしスープ	焼きおにぎり、牛乳
7	木	ごはん、さわらのかば焼き 切干大根の炒め煮、すまし汁(麩)、牛乳	豚ちぢみ、牛乳 わかめスープ	ごはん、さわらのかば焼き 切干大根の炒め煮、すまし汁(麩)	豚ちぢみ、牛乳
8	金	みそ煮込みうどん、いりどり、牛乳	カレーピラフ、牛乳 すまし汁(大根)、くだもの	みそ煮込みうどん、いりどり、くだもの	カレーピラフ、牛乳
9	土	ツナ入り炊き込みごはん 大根のそばろあんかけ、みそ汁(キャベツ)、牛乳	チーズサンド、牛乳 コーンのスープ	ツナ入り炊き込みごはん 大根のそばろあんかけ、みそ汁(キャベツ)	チーズサンド、牛乳
11	月	ごはん さつま揚げ、ごぼうのサラダ、みそ汁(なす)、牛乳	スイートポテト、牛乳 白菜スープ、くだもの	ごはん、さつま揚げ、ごぼうのサラダ、みそ汁(なす)	スイートポテト、牛乳、くだもの
12	火	ちゃんぽんうどん みそ田楽(生揚げ、大根、こんにゃく)、牛乳	ツナおにぎり、牛乳 すまし汁(じゃが芋)、くだもの	ちゃんぽんうどん みそ田楽(生揚げ、大根、こんにゃく)、くだもの	ツナおにぎり、牛乳
13	水	雑穀ごはん、マーボー豆腐 ほうれん草のナムル、コーンと卵のスープ、牛乳	ココアトースト、野菜スープ フルーツヨーグルト	雑穀ごはん、マーボー豆腐 ほうれん草のナムル、コーンと卵のスープ	ココアラスク フルーツヨーグルト
14	木	ごはん、鮭の香味チーズ焼き 大根のオイスターソース炒め煮、すまし汁(豆腐)、牛乳	マカロニきなこ、牛乳 みそ汁(青菜)	ごはん、鮭の香味チーズ焼き 大根のオイスターソース炒め煮、すまし汁(豆腐)	きなこだんご、牛乳
15	金	ミートソーススパゲティー れんこんマリネ、白菜スープ、牛乳	ホットケーキ、牛乳 ポパイスープ、くだもの	誕 生 会      お 楽 し み 給 食	
16	土	焼きうどん、さつま芋オレンジ煮、中華スープ、牛乳	いなりおにぎり、牛乳 みそ汁(キャベツ)	焼きうどん、さつま芋オレンジ煮、中華スープ	いなりおにぎり、牛乳
18	月	ごはん、肉豆腐 ブロッコリーツナ和え、みそ汁(キャベツ)、牛乳	カルシウムトースト、牛乳 もやしスープ、くだもの	ごはん、豆腐の肉巻き ブロッコリーツナ和え、みそ汁(キャベツ)	カルシウムトースト 牛乳、くだもの
19	火	きのこうどん、ぶり大根、牛乳	チーズおにぎり、牛乳 みそ汁(かぼちゃ)、くだもの	きのこうどん、ぶり大根、くだもの	チーズおにぎり、牛乳
20	水	冬野菜のカレーライス キャベツとりんごのサラダ、ポパイスープ、牛乳	焼きそば、牛乳 すまし汁(麩)	冬野菜のカレーライス キャベツとりんごのサラダ、ポパイスープ	焼きそば、牛乳
21	木	ごはん カジキ磯辺揚げ、人参ごま和え、豆乳みそ汁(白菜)	五目にゆうめん、牛乳、くだもの	ごはん、わかさぎ磯辺揚げ 人参ごま和え、豆乳みそ汁(白菜)	みたらし団子、牛乳
22	金	ロールパン 鶏肉のトマト煮、かぼちゃグラッセ、野菜スープ、牛乳	人参蒸しパン、ミルクスープ くだもの	チーズパン、ミニクロワッサン、鶏の唐揚げ 人参・かぼちゃグラッセ、ブロッコリー、野菜スープ	マーブルクッキー、くだもの ココアミルク
23	土	天 皇 誕 生 日			
25	月	ごはん、納豆の卵焼き 切り昆布の炒め煮、すまし汁(大根)、牛乳	じゃが芋もち、そうめん汁 ヨーグルト	ごはん、納豆の卵焼き 切り昆布の炒め煮、すまし汁(大根)	ポテトクッキー、ヨーグルト
26	火	あんかけうどん、根菜とツナの煮物、牛乳	いなりおにぎり、牛乳 みそ汁(キャベツ)、くだもの	あんかけうどん、里芋といかの煮物、くだもの	いなり寿司、牛乳
27	水	ごはん、豆腐クリームコーン煮 小松菜の磯和え、みそ汁(わかめ)、牛乳	肉まん、牛乳 すまし汁(じゃが芋)	ごはん、豆腐クリームコーン煮 小松菜の磯和え、みそ汁(わかめ)	肉まん、牛乳
28	木	五目チャーハン じゃが芋のチーズ焼き、はるさめスープ、牛乳	メロンパン、牛乳 コーンのスープ、くだもの	五目チャーハン じゃが芋のチーズ焼き、はるさめスープ、くだもの	メロンパン、牛乳
29	金	年 末 年 始 休 園			
30	土	12月29日～1月3日			
31	日	12月29日～1月3日			

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
乳 児	目標量	500	19	15	1.8
	摂取量	501	19.2	15.3	1.8
幼 児	目標量	595	22.1	17.8	2
	摂取量	596	22.4	18.6	2

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。

