

		乳 児		幼 児	
日 曜		午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1 月	年 末 年 始 休 園 12月29日～1月3日				
2 火					
3 水					
4 木	和風ツナスパゲティ ポテトフレンチサラダ,コーンと卵のスープ,牛乳	肉おにぎり,牛乳 みそ汁(大根)	和風ツナスパゲティ ポテトフレンチサラダ,コーンと卵のスープ	肉おにぎり,牛乳	
5 金	ごはん,揚げ鶏と野菜オレンジ煮 ブロッコリーごま和え,みそ汁(キャベツ),牛乳	中華蒸しパン,牛乳 かぶのスープ	ごはん,揚げ鶏と野菜オレンジ煮 ブロッコリーごま和え,みそ汁(キャベツ)	中華蒸しパン,牛乳	
6 土	みそチャーハン 野菜とツナの煮物,わかめスープ(豆腐),牛乳	ホットケーキ,牛乳 コーンのスープ	みそチャーハン 野菜とツナの煮物,わかめスープ(豆腐)	ホットケーキ ココアミルク	
7 日					
8 月	成 人 の 日				
9 火	ごはん,豆腐の中華焼き 人参しらす和え,みそ汁(小松菜),牛乳	チーズトースト,牛乳 トマトスープ,くだもの	ごはん 豆腐の中華焼き,人参しらす和え,みそ汁(小松菜)	チーズクッキー 牛乳,くだもの	
10 水	豚汁うどん,生揚げの含め煮,牛乳	メロンパン,牛乳 ポパイスープ,くだもの	もち(きなこ・おかか),豚汁,くだもの	メロンパン,牛乳	
11 木	ごはん,ぶりの照り焼き 切り昆布の炒め煮,すまし汁(大根),牛乳	マカロニきなこ,牛乳 肉団子スープ	ごはん ぶりの照り焼き,切り昆布の炒め煮,すまし汁(大根)	お汁粉,牛乳,くだもの	
12 金	ひよこ豆のカレーライス キャベツとりんごのサラダ,白菜スープ,牛乳	じゃこちみ,牛乳 すまし汁(じゃが芋)	ひよこ豆のカレーライス キャベツとりんごのサラダ,白菜スープ	じゃこちみ,牛乳	
13 土	煮込みうどん,大根そぼろあんかけ,牛乳	コーンバターおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの	煮込みうどん,大根そぼろあんかけ,くだもの	コーンバターおにぎり 牛乳	
14 日					
15 月	雑穀ごはん,マーボー豆腐 ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ,牛乳	スイートポテト,牛乳 ,リゾットスープ,くだもの	雑穀ごはん マーボー豆腐,ブロッコリーツナ和え,ワンタンスープ	スイートポテト 牛乳,くだもの	
16 火	ごはん,さわら西京焼き ほうれん草の磯和え,すまし汁(麩),牛乳	ミートサンド,牛乳 コーンのスープ	ごはん さわら西京焼き,ほうれん草の磯和え,すまし汁(麩)	ホットドッグ,牛乳	
17 水	あんかけ焼そば,こんにやく甘辛煮,かき玉汁,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(大根)	あんかけ焼そば,こんにやく甘辛煮,かき玉汁	チーズおにぎり,牛乳	
18 木	ごはん,すき焼き風煮物 かぼちゃミルク煮,みそ汁(もやし),牛乳	五目うどん,ヨーグルト	ごはん すき焼き風煮物,かぼちゃミルク煮,みそ汁(もやし)	ほうれん草クラッカー 飲むヨーグルト	
19 金	きのこ鮭のピラフ ポテトサラダ,ミネストローネ,牛乳	チーズ蒸しパン,くだもの コーンクリームスープ	誕 生 会 お 楽 し み 給 食		
20 土	カレーうどん,生揚げ入り筑前煮,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	カレーうどん,生揚げ入り筑前煮,くだもの	しらすおにぎり,牛乳	
21 日					
22 月	きのこうどん,おでん風煮物,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの	きのこうどん,おでん風煮物,くだもの	ツナおにぎり,牛乳	
23 火	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き れんこんきんぴら,さつま汁,牛乳	きなこトースト,牛乳 野菜スープ	わかめごはん 鶏肉ヨーグルト焼き,れんこんきんぴら,さつま汁	きなこクッキー 牛乳,くだもの	
24 水	ごはん,白身魚の南蛮漬 キャベツ昆布和え,みそ汁(かぶ),牛乳	焼きそば,牛乳 すまし汁(麩)	ごはん 白身魚の南蛮漬,キャベツ昆布和え,みそ汁(かぶ)	焼きそば,牛乳	
25 木	ロールパン 豆腐のキッシュ,カリフラワーサラダ,ミルクスープ	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ)	ロールパン 豆腐のキッシュ,カリフラワーサラダ,ミルクスープ	焼きおにぎり,牛乳	
26 金	ごはん,サバごま味噌焼き 切干大根の炒め煮,すまし汁(じゃが芋),牛乳	肉まん,牛乳,もやしスープ	ごはん,サバごま味噌焼き 切干大根の炒め煮,すまし汁(じゃが芋)	肉まん,牛乳	
27 土	チキンライス,マカロニサラダ,大根スープ,牛乳	フルーツサンド,牛乳 野菜スープ	チキンライス,マカロニサラダ,大根スープ	フルーツサンド,牛乳	
28 日					
29 月	ごはん,チキンバーベキュー 大根オイスターソース炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳	ココアトースト,コーンのスープ フルーツヨーグルト	ごはん,チキンバーベキュー 大根のオイスターソース炒め煮,みそ汁(白菜)	ココアラスク フルーツヨーグルト	
30 火	鮭のクリームグラタン コールスローサラダ,もやしスープ	昆布おにぎり,牛乳 すまし汁(豆腐),くだもの	鮭のクリームグラタン コールスローサラダ,もやしスープ,くだもの	昆布おにぎり,牛乳	
31 水	ごはん,高野豆腐とひき肉の重ね煮 ブロッコリーのチーズ和え,そうめん汁,牛乳	かぼちゃの天ぷら,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	ごはん,高野豆腐のはさみ煮 ブロッコリーのチーズ和え,そうめん汁	かぼちゃの天ぷら 牛乳,くだもの	

		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	15.3	1.8
	摂取量	501	19.3	15.5	1.8
幼 児	目標量	595	22.1	17.8	2
	摂取量	598	21.6	18	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。

