



		乳 児		幼 児	
日 曜		午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1	土	チキンライス,ポテトフレンチサラダ,もやしスープ,牛乳	ホットケーキ,牛乳 コーンのスープ	チキンライス,ポテトフレンチサラダ,もやしスープ	ホットケーキ,牛乳
2	日				
3	月	五目チャーハン,もやしのナムル,ワンタンスープ,牛乳	りんごのガレット,牛乳 かぶのスープ	五目チャーハン,もやしのナムル,ワンタンスープ	りんごのガレット,牛乳
4	火	ちゃんぽんうどん,生揚げチーズ焼き,牛乳	チョコクリームサンド,牛乳 野菜スープ,くだもの	ちゃんぽんうどん,生揚げチーズ焼き,くだもの	チョコクリームサンド,牛乳
5	水	ごはん,カレイ野菜あんかけ ブロッコリーごま和え,みそ汁(なす),牛乳	きなこトースト,牛乳 もやしスープ,くだもの	ごはん,カレイ野菜あんかけ ブロッコリーごま和え,みそ汁(なす)	きなこクッキー,牛乳,くだもの
6	木	ロールパン チキンクリーム煮,かぼちゃオレンジ煮,大根スープ	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(白菜)	ロールパン チキンクリーム煮,かぼちゃオレンジ煮,大根ス ープ	昆布おにぎり,牛乳
7	金	ごはん,さばけチャップ煮 マカロニサラダ,すまし汁(麩),牛乳	五目にゆうめん,牛乳,くだもの	ごはん さばけチャップ煮,マカロニサラダ,すまし汁(麩)	五目にゆうめん,牛乳,くだもの
8	土	五目うどん,野菜とツナの炒め煮,牛乳	そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	五目うどん,野菜とツナの炒め煮,くだもの	そぼろおにぎり,牛乳
9	日				
10	月	ごはん,納豆の卵焼き 大根の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,トマトスープ フルーツヨーグルト	ごはん,納豆の卵焼き 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
11	火	みそ煮込みうどん,ほうれん草の白和え,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	みそ煮込みうどん,ほうれん草の白和え,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
12	水	ごはん ぶりの照り焼き,切干大根のサラダ,そうめん汁,牛乳	じゃが芋もち,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	ごはん ぶりの照り焼き,切干大根のサラダ,そうめん汁	みたらし団子,牛乳
13	木	ミートソーススパゲティー さつま芋サラダ,白菜スープ,牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 コーンのスープ,くだもの	<b>誕生会 お楽しみ給食</b>	
14	金	ごはん 豆腐ハンバーグ,人参しらす和え,みそ汁(里芋),牛乳	豚ちぢみ,牛乳 すまし汁(大根)	ごはん 豆腐の肉巻き,人参しらす和え,みそ汁(里芋)	豚ちぢみ,牛乳
15	土	ハヤシライス コールスローサラダ,ミルクスープ(さつまいも)	チーズトースト,牛乳 白菜スープ,くだもの	ハヤシライス コールスローサラダ,ミルクスープ(さつまいも)	チーズトースト,牛乳,くだもの
16	日				
17	月	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの	きのこうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	たこ焼き風おにぎり,牛乳
18	火	ごはん,カジキカレーパン粉焼き 春雨サラダ,すまし汁(じゃが芋),牛乳	マカロニきなこ,牛乳 トマトスープ	ごはん,カジキカレーパン粉焼き 春雨サラダ,すまし汁(じゃが芋)	スキムミルクわらびもち 牛乳
19	水	わかめごはん,豆腐の中華焼き 切干大根の煮物,みそ汁(キャベツ),牛乳	チーズ蒸しパン,牛乳 かぶのスープ	わかめごはん 豆腐の中華焼き,切干大根の煮物,みそ汁(キャベ ツ)	チーズ蒸しパン,牛乳
20	木	ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,すまし汁(はんぺん),牛乳	焼きそば,牛乳,わかめスープ	ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,すまし汁(はんぺん)	焼きそば,牛乳
21	金	ロールパン 鶏肉のトマト煮,ブロッコリー,ABCスープ,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	パン,鶏の唐揚げ 人参グラッセ,粉ふき芋,ブロッコリー,ABCスープ	マーブルクッキー ココアミルク,くだもの
22	土	ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(大根),牛乳	パンプキンサンド,牛乳 野菜スープ	ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(大根)	パンプキンサンド,牛乳
23	日	<b>天 皇 誕 生 日</b>			
24	月	<b>振 替 休 日</b>			
25	火	ごはん,鶏肉のマーメレード焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(もやし),牛乳	きなこ揚げパン,牛乳 コーンのスープ	ごはん,鶏肉のマーメレード焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(もやし)	きなこ揚げパン,牛乳
26	水	雑穀ごはん マーボー豆腐,春雨中華和え,かき玉汁,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,春雨中華和え,かき玉汁	スイートポテト,牛乳,くだもの
27	木	ごはん,白身魚の南蛮漬 ブロッコリーサラダ,みそ汁(キャベツ),牛乳	チーズぎょうざ,牛乳 そうめん汁,くだもの	ごはん,白身魚の南蛮漬 ブロッコリーサラダ,みそ汁(キャベツ)	チーズぎょうざ 牛乳,くだもの
28	金	カレーうどん,おでん風煮物,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(なす),くだもの	カレーうどん,おでん風煮物,くだもの	いなりおにぎり,牛乳
29	土	<b>年 末 年 始 休 園</b> 12月29日～1月3日			
30	日				
31	月				

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
乳 児	目標量	505	19	15	1.8
	摂取量	505	19.7	15.2	1.8
幼 児	目標量	595	22	17.8	2
	摂取量	595	22	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く、  
幼児おやつへ移行していきます。





