

日 曜	乳 児		幼 児	
	午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1 火	年 末 年 始 休 園 12月29日～1月3日			
2 水				
3 木				
4 金	みそ煮込みうどん,野菜とツナの炒め煮,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	みそ煮込みうどん,野菜とツナの炒め煮,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
5 土	じゃこチャーハン もやしのナムル,わかめスープ(豆腐),牛乳	ホットケーキ,牛乳 野菜スープ,くだもの	じゃこチャーハン もやしのナムル,わかめスープ(豆腐),くだもの	ホットケーキ,牛乳
6 日				
7 月	なすミートスパゲティー,もやしサラダ,豆乳スープ	七草かゆ,牛乳,くだもの	なすミートスパゲティー,もやしサラダ,豆乳スープ	七草かゆ,牛乳,くだもの
8 火	ごはん,サバごま味噌焼き 大根のオイスターソース炒め煮,すまし汁(麩),牛乳	かぼちゃの天ぷら,牛乳 そうめん汁,くだもの	ごはん,サバごま味噌焼き 大根のオイスターソース炒め煮,すまし汁(麩)	かぼちゃの天ぷら 牛乳,くだもの
9 水	豚汁うどん,生揚げの含め煮,牛乳	メロンパン,牛乳 かぶのスープ,くだもの	もちつき(きなこ・おかか),豚汁,くだもの	メロンパン,牛乳
10 木	ごはん,高野豆腐フライ キャベツ昆布和え,みそ汁(もやし),牛乳	りんごのガレット,牛乳 コーンのスープ	ごはん,高野豆腐フライ キャベツ昆布和え,みそ汁(もやし)	りんごのガレット,牛乳
11 金	ミルクパン,鮭のタンドリー焼き ブロッコリーサラダ,白菜スープ,牛乳	マカロニきなこ,牛乳 五目汁,くだもの	ミルクパン,鮭のタンドリー焼き ブロッコリーサラダ,白菜スープ	お汁粉,牛乳,くだもの
12 土	中華丼 さつま芋オレンジ煮,はるさめスープ,牛乳	ココアトースト,トマトスープ 飲むヨーグルト	中華丼,さつま芋オレンジ煮,はるさめスープ	ココアラスク 飲むヨーグルト
13 日				
14 月	成 人 の 日			
15 火	ごはん,豆腐クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(なす),牛乳	ニラ入りお好み焼き,牛乳 わかめスープ	ごはん,豆腐クリームコーン煮 人参しらす和え,みそ汁(なす)	ニラ入りお好み焼き,牛乳
16 水	きつねうどん,いりどり,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	きつねうどん,いりどり,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
17 木	ごはん,ぶりの照り焼き ブロッコリーごま和え,すまし汁(大根),牛乳	ボンテケージョ,牛乳 白菜スープ	ごはん,ぶりの照り焼き ブロッコリーごま和え,すまし汁(大根)	ボンテケージョ,牛乳
18 金	ごぼうとウインナーのピラフ かぼちゃサラダ,ABCスープ,牛乳	桃クリームサンド,牛乳 かぶのスープ,くだもの	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
19 土	雑穀ごはん マーボー豆腐,野菜甘酢漬,もやしスープ,牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 かぼちゃのスープ	雑穀ごはん マーボー豆腐,野菜甘酢漬,もやしスープ	レーズン蒸しパン,牛乳
20 日				
21 月	わかめごはん,チキンバーベキュー キャベツ納豆和え,そうめん汁,牛乳	カルシウムトースト,大根スープ フルーツヨーグルト	わかめごはん チキンバーベキュー,キャベツ納豆和え,そうめん汁	ほうれん草クラッカー フルーツヨーグルト
22 火	きのこうどん,根菜のバター煮,牛乳	五目チャーハン,牛乳 すまし汁(豆腐),くだもの	きのこうどん,根菜といかのバター煮,くだもの	五目チャーハン,牛乳
23 水	ごはん,豆腐の中華焼き れんこんきんぴら,みそ汁(白菜),牛乳	くるくるスコーン,牛乳 コーンのスープ	ごはん,豆腐の中華焼き れんこんきんぴら,みそ汁(白菜)	くるくるスコーン,牛乳
24 木	チーズトースト,ポークビーンズ,野菜スープ,牛乳	みそ焼きおにぎり,牛乳 すまし汁(麩)	ツナサンド,ポークビーンズ,野菜スープ	みそ焼きおにぎり,牛乳
25 金	ごはん,白身魚磯辺揚げ 切干大根のサラダ,すまし汁(じゃが芋),牛乳	サモサぎょうざ,牛乳 みそ汁(なす),くだもの	ごはん,白身魚磯辺揚げ 切干大根のサラダ,すまし汁(じゃが芋)	サモサぎょうざ 牛乳,くだもの
26 土	肉団子うどん,野菜みそバター煮,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	肉うどん,野菜みそバター煮,くだもの	いなりおにぎり,牛乳
27 日				
28 月	冬野菜のカレーライス キャベツとりんごのサラダ,かき玉汁,牛乳	みそ煮込みうどん 牛乳,くだもの	冬野菜のカレーライス キャベツとりんごのサラダ,かき玉汁	だんご汁,牛乳,くだもの
29 火	ごはん,さわら旨味焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(かぼちゃ),牛乳	パイントースト,牛乳 もやしスープ	ごはん,さわら旨味焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(かぼちゃ)	パイントースト ミルクココア
30 水	あんかけ焼そば さつま芋ミルク煮,ワンタンスープ,牛乳	鮭おにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	あんかけ焼そば さつま芋ミルク煮,ワンタンスープ,くだもの	鮭おにぎり,牛乳
31 木	ごはん,鶏肉梅しょう油焼き ひじきの五目和え,豆乳みそ汁(キャベツ)	中華蒸しパン,牛乳 かぶのスープ	ごはん,鶏肉梅しょう油焼き ひじきの五目和え,豆乳みそ汁(キャベツ)	中華蒸しパン,牛乳

		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	19.2	16	1.8
幼 児	目標量	595	22	17.8	2
	摂取量	596	22.3	18	1.9

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。