



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	スキムミルク	2	麦茶 ★	3	スキムミルク ★	4	麦茶
昼食					キッズピビンバ、白菜スープ、バナナ		麦ごはん、けんちん汁、あじの味醂しょうゆ焼き、ほうれん草のなめ草和え、うさぎりんご		御飯、みそ汁(なめこ・わかめ)、コロッケ、コールスロー		マーボー豆腐丼、中華スープ、ソファールヨーグルト	
午後					ビスケット、するめ(以上児)、牛乳		プリン、鉄・カルウエハース		いちごジャムサンド、牛乳		米粉のタルト、牛乳	
午前	6	麦茶	7	スキムミルク	8	牛乳	9	スキムミルク	10	麦茶 ★	11	麦茶
昼食	御飯(玄米)、みそ汁(じゃがいも・油揚げ)、豚肉の生姜炒め、白菜の磯和え		御飯、すまし汁(豆腐・しめじ)、さばのみそ煮、マカロニサラダ、りんご		御飯、みそ汁(白菜・麩)、五目卵焼き、パンサンズー		ミートソーススパゲティ、ポトフ風スープ、みかんヨーグルト		御飯、みそ汁(大根・小松菜)、鶏のから揚げ、キャベツとツナのサラダ		カレーライス、みかん、ジョア	
午後	ワッフル、せんべい(以上児)、牛乳		いもようかん、牛乳		チーズ、ビスコ、ココア豆乳		わかめとしらすのおにぎり、麦茶		かぼちゃ蒸しパン、牛乳		クレープ、牛乳	
午前	13	スキムミルク	14	牛乳 ★	15	麦茶	16	スキムミルク	17	牛乳	18	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(もやし・豆腐)、豚肉のすき焼き風煮物、切干大根のサラダ		醤油ラーメン、シュウマイ、バナナ		御飯、みそ汁(にら・しめじ)、鶏肉のアングレースソース、白菜のおかかチーズ和え		ハヤシライス、カラフルサラダ、ジョア		御飯、みそ汁(小松菜・油揚げ)、タラのおろし煮、きゅうりとささ身のサラダ、オレンジ		パン、コーンスープ、スパニッシュオムレツ、ぶどうゼリー	
午後	カルシウムトースト、麦茶		さつま芋おにぎり、麦茶		お麩ラスク、牛乳		りんご、カルシウムせんべい、牛乳		元気ヨーグルト、クッキー		ミレービスケット、牛乳	
午前	20	牛乳	21	スキムミルク 冬至	22	牛乳	23	麦茶 ★★	24	スキムミルク	25	麦茶
昼食	ブルコギ丼、ブロッコリーのカレーマヨサラダ、キウイフルーツ		御飯(玄米)、みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ)、さわらの柚庵焼き、ひじきの煮物		御飯、みそ汁(白菜・小ねぎ)、鶏肉のピカタ、にんじんサラダ		ロールパン、パスタスープ、となかひハンバーグ、ツリーポテト、花みかん		御飯、みそ汁(大根・えのき)、豆腐の中華煮、わかめサラダ		みそ汁(もやし・麩)、豚丼、オレンジ	
午後	マシュマロサンド、カミカミ昆布(以上児)、牛乳		スティックおさつ、牛乳		塩焼きそば、麦茶		サンタさんのケーキ、牛乳		フルーチェ		クッキー、せんべい、牛乳	
午前	27	牛乳	28	麦茶	29		30		31			
昼食	カレーうどん、カニカマと豆のサラダ、ぶどうゼリー		お弁当持参		休園		休園		休園			
午後	チーズおかかおにぎり、麦茶		せんべい、野菜ジュース									

★星組

- さん(24日)
- グラタン、生クリームケーキ、アイス、スコッチエッグ
- ★月組
- さん(2日)
- からあげ、けんちん汁、おにぎり、プリン、ゼリー
- さん(12日)
- からあげ、ラーメン、ぶどうゼリー

★今月のリクエストメニュー★

★太陽組

- さん(4日)
- ハンバーグ、コロッケ、かぼちゃのポタージュ
- さん(14日)
- しょうゆラーメン、チョコケーキ、かぼちゃサラダ、りんご
- さん(26日)
- ハンバーグ、卵焼き、いちごケーキ、りんごジュース



今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	433	17.1	13.2	226	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	535	19.5	16.8	203	1.7
	目標値	560	22	18	260	1.6

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は11時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。