



	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 麦茶
昼食	<p>12月23日は クリスマスメニューです♪</p>			御飯、みそ汁(だいこん・えのきたけ)、豆腐の中華煮、わかめサラダ	ポークカレーライス、れんこんとひじきのサラダ、りんごゼリー	豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、ゼリー
午後				マカロニナポリタン、麦茶	未満児：かぼちゃケーキ、以上児：チョコバナナ、牛乳	ミニたい焼き、せんべい、牛乳
午前	5 牛乳	6 麦茶	7 牛乳	8 スキムミルク	9 麦茶	10 麦茶
昼食	焼きそば、中華スープ、シューマイ、ヨーグルト	御飯(押麦)、みそ汁(わかめ・えのき)、ポークケチャップ、ブロッコリーのカレーマヨサラダ、りんご	御飯、みそ汁(小松菜・じゃが芋)、肉豆腐、切干し大根の中華和え	御飯、味噌けんちん汁、鶏肉のタルタル焼き、ほうれん草のナムル	御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、白身魚のフライ、にんじんサラダ、キウイフルーツ	ハヤシライス、オレンジ、ジョア
午後	青のりチーズおにぎり、麦茶	ビスコ、型抜きチーズ、牛乳	納豆トースト、牛乳	きなこプリン、するめ(以上児)	マーラーカオ、牛乳	ぶどうゼリー、ビスコ
午前	12 スキムミルク ★	13 牛乳	14 スキムミルク	15 牛乳	16 麦茶	17 麦茶
昼食	野菜たっぷりみそラーメン、お豆とさつま芋のサラダ、オレンジ	御飯、みそ汁(さつまいも・高野豆腐)、鶏肉のチーズ焼き、キャベツの塩昆布和え	わかめごはん、すまし汁(えのき・しめじ)、鮭の西京焼き、ひじきと大根の味噌マヨサラダ	豚汁うどん、型抜きチーズ、みかん	御飯、わかめスープ、マーボー豆腐、もやしの中華風和え物、グレープフルーツ	カレーライス、ピーチヨーグルト、ヤクルト
午後	ひじきチャーハン、麦茶	ビスケット、バナナ、りんごジュース	お豆腐ドーナツ、牛乳	わかめおにぎり、食べる小魚(以上児)、麦茶	りんごプディング、牛乳	クレープ、牛乳
午前	19 牛乳	20 スキムミルク	21 牛乳	22 スキムミルク 冬至	23 麦茶 ★	24 麦茶
昼食	ハヤシライス、マカロニサラダ、うさぎりんご、ジョア	御飯(玄米)、みそ汁(もやし・生揚げ)、タラの味噌しょうゆ焼き、ひじきの炒め煮、納豆	ナポリタン、野菜スープ、ぶどうゼリー	ブルコギ丼、春雨スープ、バナナ	チキンライス、コーンスープ、野菜入りミートローフ、鶏のから揚げ、星ポテト、(添)ブロッコリー、オレンジ	マーボー豆腐丼、型抜きチーズ、バナナ
午後	キャロットピラフ、麦茶	きなこ蒸しパン、牛乳	凍り豆腐ラスク、おやつ昆布(以上児)、牛乳	かぼちゃの甘煮、せんべい、牛乳	いちごのカップケーキ、牛乳	スティックパン、牛乳
午前	26 スキムミルク ★	27 牛乳	28 麦茶	29	30	31
昼食	御飯、ふりかけ、みそ汁(えのき・ほうれん草)、肉じゃが、切干大根の煮物	御飯、みそ汁(豆腐・玉ねぎ)、鮭の竜田揚げ、韓国風和え物、キウイフルーツ	お弁当持参		休園	
午後	わかめうどん、麦茶	フルーツヨーグルト	せんべい、野菜ジュース			

今月のお誕生日リクエストメニュー

- ★星組 さん(26日) 肉じゃが、いちご、ラーメン
- 月組 さん(24日) いちごのケーキ、グラタン、バニラアイス

- ※太陽組 さん(2日) カレー、パンケーキ、ヤクルト
- さん(4日) からあげ、チョコバナナ、ぶどうジュース
- さん(12日) からあげ、ラーメン、プリンアラモード

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	451	16.9	13.7	212	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	549	19.3	16.5	208	1.6
	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10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。