



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	牛乳	3	スキムミルク	4	麦茶	5	牛乳	6	スキムミルク	7	麦茶
昼食	御飯、ふりかけ、みそ汁(チンゲン菜・さつまい)、たら味の味醂しょうゆ焼き、ほうれん草のなめ茸和え		御飯、みそ汁(舞茸・ねぎ)、鶏肉のマーマレード焼き、ちくわときゅうりのマヨサラダ		肉みそうどん、もやしとツナのナムル、りんご		御飯(玄米)、すまし汁(えのき・しめじ)、鮭の西京焼き、わかめサラダ		ブルコギ丼、春雨スープ、キャベツとちくわの海苔和え		ハヤシライス、豆乳スープ、フルーツ缶	
午後	マカロニナポリタン、麦茶		いちごプリン、カミカミ昆布(以上児)		コーンチャーハン、麦茶		バナナ、クラッカー、牛乳		レーズンケーキ、牛乳		せんべい、豆乳プリン	
午前	9	牛乳	10	スキムミルク	11	麦茶	12	牛乳	13	スキムミルク	14	麦茶
昼食	チキンカレー、サラスパサラダ、青りんごゼリー		御飯、みそ汁(切干大根・えのきたけ)、豆腐の中華煮、もやしとかまぼこの中華和え		御飯(押麦)、みそ汁(小松菜・豆腐)、鮭のフライ、切干大根の中華和え		御飯、みそ汁(麩・もやし)、和風ハンバーグ、キャベツの塩昆布和え		ナポリタン、コンソメスープ、ナゲット		パン、ポトフ、ミートボール	
午後	ツナコーンうどん、麦茶		バナナ蒸しパン、牛乳		カレーマヨトースト、牛乳		ミニたいやき、カルシウムせんべい(以上児)、牛乳		きな粉お麩ラスク、まめびよ		ビスケット、牛乳	
午前	16	牛乳	17	スキムミルク	18	麦茶	19	牛乳	20	スキムミルク	21	麦茶
昼食	コーン御飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、あじの塩こうじ焼き、肉じゃが、オレンジ		醤油ラーメン、しゅうまい、バナナ		御飯(玄米)、みそ汁(麩・キャベツ)、鶏のから揚げ、切昆布の煮物		御飯、ふりかけ、みそ汁(白菜・豆腐)、ポークケチャップ、にんじんサラダ		御飯、かぼちゃのほうとう風汁、さばの柚庵焼き、ほうれん草ともやしのごま和え		焼きそば、わかめスープ、ゼリー	
午後	おさつスコーン、牛乳		鶏そぼろおにぎり、麦茶		ひとくち桃まん、野菜チップス、牛乳		メロンパン、牛乳		かぼちゃドーナツ、牛乳		米粉スイーツ、牛乳	
午前	23	牛乳	24	スキムミルク	25	麦茶	26	スキムミルク	27		28	
昼食	御飯(押麦)、みそ汁(もやし・生揚げ)、さわらのパン粉焼き、ひじきの炒め煮、りんご		御飯、みそ汁(しめじ・ほうれん草)、豚肉のすき焼き風煮物、かぼちゃサラダ		ベーコンピラフ、ミネストローネスープ、ローストチキン、(添)ブロッコリーのクリスマスツリー、ポテトサラダ、いちご		もち・おこわ(以上児)、豚汁うどん、ちくわの磯部揚げ(未満児)、みかん		お弁当持参		お弁当持参	
午後	フライドポテト、牛乳		シュガートースト、牛乳		クリスマスチョコケーキ、牛乳		ツナわかめおにぎり、麦茶					
午前	30		31		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 20px; text-align: center;"> <p>12月20日は冬至メニュー、 12月25日は クリスマスメニューです。</p> </div>							
昼食	休園		休園									
午後												



今月のお誕生日リクエストメニュー

★星組

さん(11日) うどん、バナナ、ヨーグルト

※太陽組

さん(12日) いちごケーキ、ウインナー、メロンパン

さん(15日) ぶどう、いちご、焼きおにぎり

さん(24日) グラタン、いちごアイス、ナポリタン

さん(26日) いちご、しょうゆラーメン、きのこ炊き込みご飯

♪月組

さん(24日) ハンバーグ、おでん、ポテト

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	448	17.7	14.2	212	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	546	19.9	17.1	191	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。