



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																											
午前	1	牛乳	2	麦茶、星たべよ	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ギンビスアスパラ																									
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ		ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ		食パン ほうれん草のキッシュ ジャーマンポテト トマトスープ りんご		ご飯 カレーマーマー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ		ご飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 柿		スタミナ丼 ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ																										
午後	牛乳、ふかし芋		牛乳、コーンフレーク		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、味しらべ		牛乳、バナナケーキ		麦茶、ばりんこ																										
午前	8	牛乳	9	麦茶、ギンビスアスパラ	10	牛乳	11	ドリンクヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、ぼたぼた焼																									
昼食	わかめ御飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ		みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご		ご飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃがいものスープ りんご		食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ		ご飯 さけのきのこみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 豆腐とわかめのスープ バナナ																										
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、クラッカー		牛乳、ハムチーズ蒸しパン		牛乳、たぬき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、ホームパイ																										
午前	15	牛乳	16	麦茶、味しらべ	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、ばりんこ																									
昼食	ビーンズライス かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ		ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 オレンジ		ご飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ		きつねうどん さつまいものサラダ バナナ		ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン ブロッコリーのオイル焼き 白菜ととろろ昆布のスープ みかん		ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ																										
午後	牛乳、お麩ラスク		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、星たべよ		牛乳、じゃこまぜおにぎり		牛乳、ぼたぼた焼き		麦茶、味しらべ																										
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、星たべよ	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、星たべよ																									
昼食	焼きそば 冬至かぼちゃ はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ		ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ		ピラフ トナカイハンバーグ フライドポテト ミネストローネ みかん		ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		ご飯 鶏肉のオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 パイン缶		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ																										
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、クリスマスケーキ		牛乳、リッツジャムサンド		牛乳、うす焼きせんべい		麦茶、ココナッツサブレ																										
午前	29		30		31		<div><div></div><div></div></div>																														
昼食	<div></div> <div>年末休園日</div>																																				
午後																																					
<div>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆24日はクリスマスメニューとなっております。</div> <table><tr><td></td><td>1才以上児 kcal</td><td>2才ハ g</td><td>脂質 g</td><td>食塩 g</td></tr><tr><td>3才以上児</td><td>587</td><td>23.8</td><td>18.3</td><td>2.1</td></tr><tr><td>目標量</td><td>562</td><td>22.5</td><td>15.6</td><td>1.6</td></tr><tr><td>3才未満児</td><td>479</td><td>19.3</td><td>15</td><td>1.7</td></tr><tr><td>目標量</td><td>455</td><td>18.2</td><td>12.6</td><td>1.3</td></tr></table> <div><div><p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p></div><div></div></div>														1才以上児 kcal	2才ハ g	脂質 g	食塩 g	3才以上児	587	23.8	18.3	2.1	目標量	562	22.5	15.6	1.6	3才未満児	479	19.3	15	1.7	目標量	455	18.2	12.6	1.3
	1才以上児 kcal	2才ハ g	脂質 g	食塩 g																																	
3才以上児	587	23.8	18.3	2.1																																	
目標量	562	22.5	15.6	1.6																																	
3才未満児	479	19.3	15	1.7																																	
目標量	455	18.2	12.6	1.3																																	



月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
午前	1	牛乳	2	麦茶、やきいもクッキー	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ハイハイン					
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ		軟飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ		軟飯 鶏ひき肉とほうれん草のチーズ焼き ジャーマンポテト トマトスープ りんご		軟飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ		軟飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 オレンジ		スタミナ丼 ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ						
午後	牛乳、ふかし芋		牛乳、ミルクウエハース		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、やきいもクッキー		牛乳、バナナケーキ		麦茶、バナナクッキー						
午前	8	牛乳	9	麦茶、ハイハイン	10	牛乳	11	飲むヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、バナナクッキー					
昼食	わかめご飯（軟飯） さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ		みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご		軟飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃがいものスープ りんご		食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ		ご飯 さけのきのこみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 豆腐とわかめのスープ バナナ						
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、かぼちゃクッキー		牛乳、ハムチーズ蒸しパン		牛乳、たぬき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、小魚せんべい						
午前	15	牛乳	16	麦茶、やきいもクッキー	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、バナナクッキー					
昼食	ビーンズライス（軟飯） かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ		軟飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 オレンジ		軟飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ		きつねうどん さつま芋のサラダ バナナ		ケチャップライス(軟飯) チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン ブロッコリーのオイル焼き 白菜のスープ みかん		ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ						
午後	牛乳、お麴ラスク		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、ハイハイン		牛乳、じゃこまぜごはん（軟飯）		牛乳、ハイハイン		麦茶、小魚せんべい						
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、やきいもクッキー	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、ハイハイン					
昼食	焼きそば 冬至かぼちゃ はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ		軟飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ		ピラフ(軟飯) トナカイハンバーグ フライドポテト ミネストローネ みかん		軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		軟飯 鶏肉のオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 オレンジ		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ						
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、やきいもクッキー		牛乳、クリスマス蒸しパン		牛乳、ミルクウエハース		牛乳、小魚せんべい		麦茶、やきいもクッキー						
午前	29		30		31												
昼食																	
午後																	

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。  
☆ミルクは個人に合わせて提供します。  
☆24日はクリスマスメニューとなっております。

 寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日											
午前	1	麦茶、ヨーグルト		2	麦茶、ヨーグルト		3	麦茶、ヨーグルト		4	麦茶、ヨーグルト		5	麦茶、ヨーグルト		6	麦茶、ハイハイ				
昼食	全粥 ポトフ わかめのすまし汁 オレンジ ミルク			全粥 鶏肉の照煮 切り干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ ミルク			全粥 鶏ひき肉とほうれん草の炒め物 トマトスープ りんご ミルク			全粥 マーボー豆腐 きゅうりともやしの和え物 チンゲン菜のスープ バナナ ミルク			全粥 たらこの磯辺煮 ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 オレンジ ミルク			全粥 豚肉の炒め煮 コンソメスープ バナナ ミルク					
午後	ふかし芋、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			かぼちゃの甘煮、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			ひじきせんべい、ミルク			かぼちゃクッキー、ミルク					
午前	8	麦茶、ヨーグルト		9	麦茶、ヨーグルト		10	麦茶、ヨーグルト		11	麦茶、ヨーグルト		12	麦茶、ヨーグルト		13	麦茶、バナナクッキー				
昼食	全粥 鮭煮 こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ ミルク			みそ野菜うどん かぼちゃサラダ りんご ミルク			全粥 鶏肉の煮物 じゃがいものスープ りんご ミルク			食パン 豆腐のトマト煮 マカロニスープ バナナ ミルク			全粥 さけのきのこみそ煮 小松菜のしらす納豆和え 根菜すまし汁 りんご ミルク			全粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ					
午後	ツナ粥、ミルク			かぼちゃクッキー、ミルク			ハイハイ、ミルク			温そうめん、ミルク			バナナクッキー、ミルク			小魚せんべい、ミルク					
午前	15	麦茶、ヨーグルト		16	麦茶、ヨーグルト		17	麦茶、ヨーグルト		18	麦茶、ヨーグルト		19	麦茶、ヨーグルト		20	麦茶、バナナクッキー				
昼食	全粥 野菜のトマト煮 コンソメスープ バナナ ミルク			全粥 鮭のみそ煮 けんちん汁風 オレンジ ミルク			全粥 豆腐の中華煮風 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 オレンジ ミルク			煮込みうどん さつま芋のサラダ バナナ ミルク			全粥 鶏肉と白菜のグラタン風 蒸しかぼちゃのスティック焼き コロコロ野菜のすまし汁 みかん ミルク			全粥 野菜とろみ煮 わかめスープ バナナ ミルク					
午後	お麴きな粉、ミルク			かぼちゃクッキー、ミルク			ハイハイ、ミルク			しらす粥、ミルク			ハイハイ、ミルク			小魚せんべい、ミルク					
午前	22	麦茶、ヨーグルト		23	麦茶、ヨーグルト		24	麦茶、ヨーグルト		25	麦茶、ヨーグルト		26	麦茶、ヨーグルト		27	麦茶、ハイハイ				
昼食	鶏そぼろと野菜うどん 冬至かぼちゃ はるさめと海苔のスープ オレンジ ミルク			全粥 鮭煮 ひじきとじゃが芋の煮物 にらのみそスープ バナナ ミルク			全粥 ベビーミネストローネ ハンバーグ みかん ミルク			全粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみそ汁 バナナ ミルク			全粥 鶏肉の照煮 白菜の煮びたし さつま芋のみそ汁 オレンジ ミルク			全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のみそ汁 バナナ ミルク					
午後	おかか粥、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			いちごバナナ、ミルク			ハイハイ、ミルク			小魚せんべい、ミルク			やきいもクッキー、ミルク					
午前	29			30			31			<div><div></div><div></div></div>											
昼食																					
午後																					

年末休園日

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。  
☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。



寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしなが、健康をサポートしています。





月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日								
午前	1	麦茶、ヨーグルト		2	麦茶、ヨーグルト		3	麦茶、ヨーグルト		4	麦茶、ヨーグルト		5	麦茶、ヨーグルト		6	麦茶、ハイハイ	
昼食	7倍がゆ ポトフ にんじんのすまし汁 オレンジ ミルク			7倍がゆ 鶏肉の照煮 2色和え 豆腐のすまし汁 バナナ ミルク			7倍がゆ粥 鶏ささみ肉とほうれん草の炒め物 トマトスープ りんご ミルク			7倍がゆ マーボー豆腐風 きゅうりの和え物 チンゲン菜のスープ バナナ ミルク			7倍がゆ たら煮 人参の煮物 豆腐のすまし汁 オレンジ ミルク			7倍がゆ 野菜とろみ煮 豆腐のスープ バナナ ミルク		
午後	ふかし芋、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			かぼちゃの甘煮、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			ひじきせんべい、ミルク			かぼちゃクッキー（9ヶ月～、ミルク）		
午前	8	麦茶、ヨーグルト		9	麦茶、ヨーグルト		10	麦茶、ヨーグルト		11	麦茶、ヨーグルト		12	麦茶、ヨーグルト		13	麦茶、ひじきせんべい	
昼食	7倍がゆ 鮭煮 こまつな和え さつまいものすまし汁 バナナ ミルク			野菜うどん かぼちゃサラダ りんご ミルク			7倍がゆ 鶏ささみとさつま芋の煮物 じゃがいものスープ りんご ミルク			パン粥 豆腐のトマト煮 マカロニスープ バナナ ミルク			7倍がゆ さけの野菜煮 小松菜のしらす納豆和え 根菜すまし汁 りんご ミルク			7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 バナナ ミルク		
午後	ツナ粥、ミルク			かぼちゃクッキー、ミルク			ハイハイ、ミルク			温そうめん、ミルク			バナナクッキー、ミルク			小魚せんべい、ミルク		
午前	15	麦茶、ヨーグルト		16	麦茶、ヨーグルト		17	麦茶、ヨーグルト		18	麦茶、ヨーグルト		19	麦茶、ヨーグルト		20	麦茶、ハイハイ	
昼食	7倍がゆ 野菜のトマト煮 コンソメスープ バナナ ミルク			7倍がゆ 鮭煮 けんちん汁風 オレンジ ミルク			7倍がゆ 豆腐の中華煮風 ほうれん草のナムル じゃがいものすまし汁 オレンジ ミルク			煮込みうどん さつま芋のサラダ バナナ ミルク			7倍がゆ 鶏肉と白菜のグラタン風 蒸しかぼちゃのスティック煮 コロコロ野菜のすまし汁 みかん ミルク			7倍がゆ 鶏ささみの煮物 コンソメスープ バナナ ミルク		
午後	お麩きな粉、ミルク			かぼちゃクッキー、ミルク			ハイハイ、ミルク			しらす粥、ミルク			ハイハイ、ミルク			小魚せんべい、ミルク		
午前	22	麦茶、ヨーグルト		23	麦茶、ヨーグルト		24	麦茶、ヨーグルト		25	麦茶、ヨーグルト		26	麦茶、ヨーグルト		27	麦茶、ハイハイ	
昼食	鶏野菜うどん 冬至かぼちゃ 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ ミルク			7倍がゆ 鮭煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁 バナナ ミルク			7倍がゆ ベビーミネストローネ 鶏の煮物 みかん ミルク			7倍がゆ スタミナ納豆 玉ねぎのすまし汁 バナナ ミルク			7倍がゆ 鶏肉の煮物 白菜の煮びたし ほうれんそうのすまし汁 オレンジ ミルク			全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のすまし汁 バナナ ミルク		
午後	おかか粥、ミルク			やきいもクッキー、ミルク			いちごバナナ、ミルク			ハイハイ、ミルク			小魚せんべい、ミルク			やきいもクッキー、ミルク		
午前	29			30			31											
昼食	 年末休園日																	
午後																		

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。  
 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。



寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。







月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
午前	1	牛乳	2	牛乳	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ばりんこ					
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ		ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ		ご飯 鶏と野菜のチーズ焼き ジャーマンポテト トマトスープ りんご		ご飯 カレーマボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ		ご飯 たらこの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 柿		スタミナ丼 ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ						
午後	牛乳、ふかし芋		牛乳、コーンフレーク		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、ギンギス アスパラガス		牛乳、ぼたぼた焼き		麦茶、ココナッツサブレ						
午前	8	牛乳	9	麦茶、ギンビスアスパラ	10	牛乳	11	飲むヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、ぼたぼた焼					
昼食	わかめ御飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ		みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご		ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ コンソメスープ オレンジ		食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ		ご飯 さけのきのみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁バナナ						
午後	牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、白い風船		牛乳、豆乳蒸しパン		牛乳、たぬき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、星たべよ						
午前	15	牛乳	16	牛乳	17	麦茶、味しらべ	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、クラッカー					
昼食	ビーンズライス かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ		ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 オレンジ		ご飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ		きつねうどん さつま芋のサラダ バナナ		ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン ブロッコリーのオイル焼き 白菜ととろろ昆布のスープ みかん		ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ						
午後	牛乳、お麴ラスク		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、星たべよ		牛乳、じゃこまぜおにぎり		牛乳、リッツ		麦茶、味しらべ						
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、クラッカー	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、星食べよ					
昼食	焼きそば もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ		ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ		ピラフ トナカイハンバーグ フライドポテト ミネストローネ みかん		ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		ご飯 鶏肉のオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 パイン缶		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ						
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、クリスマスパンケーキ		牛乳、リッツジャムサンド		牛乳、味しらべ		麦茶、ハッピーターン						
午前	29		30		31												
昼食																	
午後																	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆24日はクリスマスメニューとなっております。

	エネルギー kcal	たんぱく g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	587	23.8	18.3	2.1
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	479	19.3	15	1.7
目標量	455	18.2	12.6	1.3



寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。





月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
午前	1	牛乳	2	牛乳	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、せんべい
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ		ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ		ご飯 鶏と野菜のチーズ焼き ジャーマンポテト トマトスープ りんご		ご飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ		ご飯 たらこの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 柿		スタミナ丼 ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ	
午後	牛乳、ふかし芋		牛乳、コーンフレーク		牛乳、じゃこまぜおにぎり		牛乳、せんべい		牛乳、せんべい		麦茶、ビスケット	
午前	8	牛乳	9	麦茶、ビスケット	10	牛乳	11	飲むヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、せんべい
昼食	わかめ御飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ		ご飯 肉野菜みそスープ かぼちゃサラダ りんご		ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ コンソメスープ オレンジ		米粉パン 豆腐のミートグラタン コンソメスープ バナナ		ご飯 さけのきのみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 豆腐とわかめのスープ バナナ	
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、せんべい		牛乳、米粉フレンチトースト		牛乳、たぬきおにぎり		牛乳、ピザ米粉パン		麦茶、せんべい	
午前	15	牛乳	16	牛乳	17	麦茶、せんべい	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、リッツ
昼食	ビーンズライス かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ		ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 オレンジ		ご飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ		ご飯 具たくさん汁 さつま芋のサラダ バナナ		ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン風 ブロッコリーのオイル焼き 白菜ととろろ昆布のスープ みかん		ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、お麴ラスク		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、せんべい		牛乳、かぼちゃの巾着		牛乳、ビスケット		麦茶、せんべい	
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、せんべい	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、せんべい
昼食	ご飯 肉野菜ソース炒め もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ		ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ		ピラフ トナカイハンバーグ フライドポテト ミネストローネ みかん		ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		ご飯 鶏肉のオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 パイン缶		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ	
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、せんべい		牛乳、クリスマスパン		牛乳、リッツジャムサンド		牛乳、せんべい		麦茶、せんべい	
午前	29		30		31							
昼食												
午後												

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆24日はクリスマスメニューとなっております

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	587	23.8	18.3	2.1
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	479	19.3	15	1.7
目標量	455	18.2	12.6	1.3



寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしなが、健康をサポートしています。