



曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g	
			以上児	未満児					以上児	未満児
月	ひき肉入りカレー 大根と水菜のサラダ チーズ 福神漬 果物 麦茶	わかめご飯 牛乳	454 3.19	567 2.77	16	月	棒々鶏 もやしときゅうりの中華和え 春雨スープ 果物 麦茶	混ぜ込みご飯 牛乳	366 1.79	493 1.62
火	鮭のマヨネーズ焼き もやしとちくわの和え物 桜エビの中華風スープ 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	402 2.94	519 2.53	17	火	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません。	フルーツ ヨーグルト		
水	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 レタスと卵のスープ 果物 麦茶	ほっほ焼き 牛乳	445 2.46	562 2.16	18	水	ほっけの塩焼き すき昆布の煮付け 大根と人参のみそ汁 果物 麦茶	シリアル 牛乳	326 2.21	460 1.96
木	おでん きゅうりとツナの和え物 果物 麦茶	うどんかりんとう 牛乳	419 2.34	514 1.90	19	木	豆腐ハンバーグ じゃが芋のどぼろ煮 白菜と油揚げのみそ汁 果物 麦茶	いとこ煮 牛乳	411 2.16	529 1.92
金	ポテトコロケ 付け合わせ 冬野菜のみそ汁 果物 麦茶	クラッカー プリン	381 2.17	506 2.04	20	金	ミートソーススパゲッティ 鶏肉の唐揚げ 茹でブロッコリー 野菜スープ 果物 麦茶	クリスマスケーキ ミルクココア※	597 2.57	700 2.25
土	鶏肉と野菜のケチャップ炒め レタスの和風サラダ 豆腐となめこのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	356 2.33	486 2.05	21	土	親子煮 きゅうりとコーンの酢の物 大根とまいたけのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	392 2.42	513 2.12
月	味噌ラーメン 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	431 2.13	545 1.89	23	月	たらのにんにく醤油かけ 切干大根の煮付け わかめと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	バナナ 牛乳	292 1.69	433 1.54
火	きぬ丸豆腐の肉みそあんかけ ほうれん草の磯和え キャベツとツナのスープ 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	461 2.15	568 1.91	24	火	豚肉の生姜焼き なめたけ和え かぶと人参のみそ汁 果物 麦茶	ピザパン 牛乳	456 2.95	565 2.55
水	なっちゃん ハリハリ漬 けんちん汁 果物 麦茶	チャーハン 牛乳	492 2.50	559 1.89	25	水	さばのカレー竜田揚げ もやしと野菜のひき肉炒め チンゲン菜と卵のスープ 果物 麦茶	チキンライス 牛乳	465 2.57	572 2.20
木	白菜の酢豚風 かぼちゃの甘煮 わかめともやしのみそ汁 果物 麦茶	ビスケット ヨーグルト	355 2.35	486 2.06	26	木	ほうれん草グラタン 海藻サラダ コンソメスープ 果物 麦茶	せんべい りんごゼリー	339 3.04	486 2.61
金	👤 白組リクエストメニュー 👤				27	金	マーボー豆腐 春雨サラダ わかめスープ 果物 麦茶	じゃが芋ドーナツ 牛乳	349 2.08	479 1.85
土	ポトフ マカロニサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	791 2.17	472 1.81	28	土	豚肉のもつ煮込み風 大根とじゃこのサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	425 1.54	539 1.42
平均									414 2.34	530 2.04



- ※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。
- ※ 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。
- ※ 12/29～1/3は年末年始休みとなります。
- ※ 12/20(金)クリスマス会メニューとしておやつにミルクココアを出します。



ココアを控えたいというご家庭がございましたら、担任の保育士または調理員までご連絡ください。