



	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
昼食	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;">                     12月22日は冬至メニュー、 12月25日は クリスマスメニューです。                 </div> 				御飯、みそ汁(チンゲン菜・さつ ま芋)、鯖の塩焼き、ほうれん草 のなめ苺和え	ハヤシライス、オレンジ、ショア のなめ苺和え
午後						
午前	4 麦茶	5 スキムミルク	6 牛乳	7 麦茶	8 スキムミルク	9 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(舞茸・ねぎ)、鶏 肉のマーメレード焼き、キャベツ ののり和え	御飯、すまし汁(えのき・しめ じ)、鮭の西京焼き、わかめサラ ダ、りんご	醤油ラーメン、しゅうまい、ヨー グルト	パン、ポトフ風スープ、コロッ ク、キャベツとチーズのサラダ	ブルコギ丼、春雨スープ、きゅう りとちくわのマヨサラダ、バナナ	マーボー豆腐丼、フルーツヨーグ ルト、野菜ジュース
午後	マカロニナポリタン、麦茶	フルーチェ	バナナ、ビスケット、牛乳	ツナチャーハン、麦茶	きなこプリン、カミカミ昆布 (以上児)	型抜きチーズ、ビスコ、牛乳
午前	11 スキムミルク	12 麦茶	13 牛乳	14 麦茶	15 スキムミルク	16 麦茶
昼食	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、オレンジ	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、もやしの 中華風和え物	御飯、すまし汁(麩・もやし)、 和風ハンバーグ、キャベツの塩昆 布和え	御飯、みそ汁(小松菜・豆腐)、 鮭のフライ、切干大根の中華和え	パン、ポトフ、ミートボール、ヤ クルト
午後	バナナ蒸しパン、牛乳	パイ、型抜きチーズ(いちご 味)、牛乳	カレーチーストースト、牛乳	フルーツヨーグルト	ミニたいやき、チーズせんべい (以上児)、牛乳	せんべい、プリン
午前	18 麦茶	19 牛乳	20 スキムミルク	21 麦茶	22 スキムミルク 	23 麦茶
昼食	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	御飯(玄米)、みそ汁(麩・キャ ベツ)、鶏のから揚げ、切昆布の 煮物	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、りんご	ミートソーススパゲティー、コン ソメスープ、ぶどうゼリー	御飯、みそ汁(大根・かぼ ちゃ)、さわらの柚庵焼き、ひじ きの煮物	焼きそば、わかめスープ、ゼリー
午後	フライドポテト、牛乳	シュガートースト、牛乳	ひとくち桃まん、野菜チップス、 牛乳	きな粉お麩ラスク、まめびよ	ゆずゼリー、せんべい	米粉スイーツ、牛乳
午前	25 麦茶 	26 牛乳	27 スキムミルク	28 麦茶	29	30
昼食	ケチャップライス、コーンスー プ、鶏肉の照り焼き、(添)ブ ロックリー、星型コロック、オレ ンジ	豚汁うどん、型抜きチーズ、みか ん	御飯、みそ汁(白菜・豆腐)、 ポークケチャップ、にんじんサラ ダ	お弁当持参	休園	休園
午後	いちごのケーキ、牛乳	ツナわかめおにぎり、麦茶	ソフールヨーグルト、ビスコ	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(24日) 麺類、みそ汁、バナナ

※太陽組  
さん(2日) ラーメン、りんご、アイス  
さん(12日) からあげ、ラーメン、いちご  
さん(15日) いちご、バナナ、ひじきごはん  
さん(24日) バニラアイス、いちごのケーキ、グラタン

〇月組 さん(26日) からあげ、筑前煮、ちくわ天

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	438	16.9	13.9	224	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	547	20	17.3	224	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。