



12月の予定献立表



日	曜	乳児 午前の おやつ	屋食の献立	午後のおやつ	熱量 (乳児) 幼児	主に使う食品
1	火	牛乳 グレープフルーツ	ごはん かれのいの煮つけ きんぴら 白和え さといものみそ汁	牛乳 アップルマフィン	<547> 664	かれのい ごぼう にんじん 豆腐 こまつな ながねぎ
2	水	牛乳 バナナ	レーズンロール ミートローフ ほうれん草ソテー マカロニサラダ きゃべつとベーコンのスープ	ほうじ茶 そばめし	<517> 576	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう きゃべつ
3	木	麦茶 ヨーグルト	ごはん 親子煮 かぼちゃのごま煮 きゅうりとわかめの酢の物 だいこんのみそ汁	牛乳 かりんとう	<493> 656	たまねぎ 鶏肉 しらす にんじん かぼちゃ きゅうり
4	金	牛乳 ビスコ	ごはん チンジャオロース じゃがいものみそ煮 ちんげんさいのナムル 中華スープ	牛乳 こしあんクッキー	<548> 651	豚肉 じゃがいも ピーマン ちんげんさい はくさい
5	土	麦茶 ヨーグルト	ミートソーススパゲティ ほうれんそうスープ	牛乳 おやつパン	<425> 578	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう
7	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ひじき煮 大根とツナのサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 きな粉蒸しパン	<460> 619	鶏肉 大豆 ながねぎ だいこん にんじん きゅうり
8	火	麦茶 ヨーグルト	麦飯 ポークカレー れんこんサラダ パイナップル 小松菜ともやしのスープ	牛乳 おふラスク(シュガー、のり塩)	<518> 679	豚肉 豆腐 たまねぎ じゃがいも れんこん にんじん
9	水	牛乳 オレンジ	バターロールパン 鮭フライ ボイル野菜 ブロッコリー トマトスープ	牛乳 切干ツナおにぎり	<521> 626	さけ きゃべつ にんじん ブロッコリー たまねぎ
10	木	牛乳 ウエハース	もち(きなこ、納豆、ごま) けんちん汁 みかん ※はな組、そら組はけんちんうどんとみかん	牛乳 黒糖フークレエ	<662> 768	納豆 ながねぎ にんじん ほうれんそう だいこん
11	金	牛乳 りんご	ごはん チャプチェ さつまいも煮 小松菜ごま和え なめことたまねぎのみそ汁	牛乳 菓子	<527> 627	豚肉 たまねぎ たけのこ さつまいも こまつな もやし
12	土	麦茶 ヨーグルト	肉みそうどん バナナ	牛乳 おやつパン	<385> 540	豚ひき肉 もやし ながねぎ こまつな バナナ
14	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏肉ときのこの甘辛炒め 高野豆腐煮 白菜のり和え こまつなのみそ汁	牛乳 バターサブレ	<466> 624	鶏肉 たまねぎ しめじ えのきたけ ピーマン
15	火	牛乳 グレープフルーツ	ごはん かれのいの煮つけ きんぴら 白和え さといものみそ汁	牛乳 おからスコーン	<508> 608	かれのい ごぼう にんじん 豆腐 こまつな ながねぎ
16	水	麦茶 ヨーグルト	レーズンロール ミートローフ ほうれん草ソテー マカロニサラダ きゃべつとベーコンのスープ	牛乳 ゆかりおにぎり	<453> 565	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう きゃべつ
17	木	牛乳 ビスコ	ごはん 親子煮 ひじき煮 きゅうりとわかめの酢の物 だいこんのみそ汁	牛乳 菓子	<502> 559	たまねぎ 鶏肉 しらす にんじん かぼちゃ きゅうり
18	金	牛乳 バナナ	ごはん チンジャオロース じゃがいものみそ煮 ちんげんさいのナムル 中華スープ	牛乳 クリームボックス	<509> 612	豚肉 じゃがいも ピーマン ちんげんさい はくさい
19	土	麦茶 ヨーグルト	ツナスパゲティ きゃべつスープ	牛乳 おやつパン	<439> 594	ツナ たまねぎ ピーマン にんじん きゃべつ コーン
21	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き かぼちゃの煮物 大根とツナのサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 もちもちチーズパン	<484> 627	鶏肉 大豆 ながねぎ だいこん にんじん きゅうり
22	火	麦茶 ヨーグルト	麦飯 ポークカレー れんこんサラダ パイナップル 小松菜ともやしのスープ	牛乳 ブラウニー	<525> 690	豚肉 豆腐 たまねぎ じゃがいも れんこん にんじん
23	水	牛乳 オレンジ	ごはん さけのパン粉焼き ゆでブロッコリー きゃべつのおかか和え いんげんと玉ねぎのみそ汁	牛乳 ちんすこう	<550> 672	さけ きゃべつ にんじん ブロッコリー たまねぎ
24	木	牛乳 ウエハース	ピラフ クリスピーチキン ポテトサラダ マカロニスープ	リンゴジュース フルーツサンド	<640> 801	鶏肉 たまねぎ にんじん じゃがいも かぼちゃ 枝豆
25	金	牛乳 りんご	ごはん チャプチェ さつまいも煮 小松菜ごま和え たまねぎのみそ汁	牛乳 菓子	<526> 625	豚肉 たまねぎ たけのこ さつまいも こまつな もやし
26	土	麦茶 ヨーグルト	なめこおろしうどん みかん	牛乳 おやつパン	<380> 517	鶏肉 だいこん なめこ こまつな みかん
28	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏肉ときのこの甘辛炒め 高野豆腐煮 白菜のり和え こまつなのみそ汁	牛乳 年越しにゅう麺	<499> 585	鶏肉 たまねぎ しめじ えのきたけ ピーマン

1 はな組の昼食には、軟飯が出ます。

2 行事や材料購入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

