



日 曜	午前おやつ (麦茶)	主 食	副 食 (牛乳)	主 な 食 材	午後おやつ (麦茶)
1 月	塩せんべい	けんちんうどん	かぼちゃのそぼろあんかけ、ブロッコリー (ツナマヨ)、オレンジ	白菜、ねぎ、にんじん、里芋、こんにゃく、大根、ごぼう、かぼちゃ、鶏ひき肉、いんげん、ブロッコリー、ツナ、オレンジ	ひねり揚げ、ビスコ
2 火	やさいせんべい	食パン	コーンスープ、照り焼きチキン、マカロニサラダ、バナナ	コーン、パセリ、鶏肉、マカロニ、きゅうり、にんじん、ツナ、バナナ	しょうゆせんべい、バウムクーヘン
3 水	花せんべい	おかかごはん	みそ汁、のり塩からあげ、もやしのナムル、りんご	キャベツ、にんじん、大根、あさつき、青のり、鶏肉、もやし、ほうれんそう、えのき、ごま、りんご	クラッカー、干し芋
4 木	揚げせんべい	ナポリタン	じゃがいもときのこのマヨドレ炒め、ベビーチーズ、オレンジ	ウインナー、たまねぎ、ピーマン、にんじん、じゃがいも、しめじ、エリンギ、チーズ、オレンジ	国マカロニきなこ
5 金	星せんべい	ごはん	みそ汁、鮭の塩こうじ焼き、ひじきの煮物、バナナ	ニラ、ごぼう、にんじん、鮭、ひじき、油あげ、糸こんにゃく、いんげん、バナナ	塩せんべい、かりんとう
8 月	しょうゆせんべい	ごはん	みそ汁、春雨入り麻婆豆腐、ポテトサラダ、りんご	白菜、しめじ、にんじん、あさつき、春雨、豚ひき肉、豆腐、ねぎ、たまねぎ、じゃがいも、きゅうり、コーン、ツナ、りんご	揚げせんべい、ミレービスケット
9 火	ミレービスケット	チキンカレーライス	大根のきんぴら、ブロッコリー (マヨドレ)、バナナ	鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、カレールウ、大根、れんこん、いんげん、ブロッコリー、バナナ	国ヨーグルト、こざかなぼん
10 水	ビスコ	わかめごはん	みそ汁、カジキのみそ焼き、キャベツとツナのソテー、りんご	にんじん、ニラ、油あげ、かぶ、カジキ、キャベツ、ツナ、コーン、りんご	やさいせんべい、プチマドレーヌ
11 木	塩せんべい	乳：うどん 幼：お雑煮、きなこもち	干草風卵焼き、キャンディチーズ、オレンジ	鶏肉、にんじん、大根、しいたけ、ねぎ、みつば、卵、鶏ひき肉、あさつき、チーズ、オレンジ、きなこ	ミニパン
12 金	うの花あげ	コッペパン	春雨スープ、メンチカツ、サラダスパゲティ、バナナ	春雨、にんじん、白菜、ねぎ、えのき、牛ひき肉、豚ひき肉、卵、パン粉、たまねぎ、スパゲティ、きゅうり、ハム、コーン、バナナ	星せんべい、胚芽クッキー
15 月	きかん棒	こぶごはん	みそ汁、お麩じゃが、マロニーサラダ、みかん	キャベツ、えのき、にんじん、お麩、じゃがいも、たまねぎ、いんげん、マロニー、きゅうり、コーン、かにかま、バナナ	うさぎのしっぽ、メープルかりんと
16 火	ひねり揚げ	豚丼	ほうれんそうとコーンのソテー、さつまいもの甘煮、バナナ	豚肉、たまねぎ、ねぎ、にんじん、みつば、ほうれんそう、コーン、ツナ、さつまいも、バナナ	やさいせんべい、干し芋
17 水	星せんべい	【誕生会】 しょうゆラーメン	焼きポテト、ブロッコリーの中華あえ、みかん、やさいジュース	豚肉、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、ねぎ、キャベツ、じゃがいも、ブロッコリー、コーン、ちくわ、みかん、やさいジュース	国バナナとココアの蒸しパンケーキ
18 木	アニマルビスケット	食パン	ミネストローネ、ハムカツ、かぼちゃのサラダ、りんご	ベーコン、キャベツ、じゃがいも、トマト、たまねぎ、にんじん、ハム、パン粉、かぼちゃ、チーズ、きゅうり、りんご	塩せんべい、バウムクーヘン
19 金	かりんとう	ごはん	具だくさんみそ汁、鮭の西京焼き、のり塩れんこん、バナナ	大根、白菜、にんじん、ごぼう、あさつき、鮭、青のり、れんこん、バナナ	花せんべい、ビスコ
22 月	塩せんべい	ほうとう風うどん	切干大根の煮物、キャンディチーズ、バナナ	鶏肉、にんじん、ねぎ、しいたけ、かぼちゃ、切干大根、いんげん、油あげチーズ、バナナ	きなこせんべい、うの花あげ
23 火	きなこせんべい	ごましおごはん	おでん、小松菜とベーコンのソテー、りんご	はんぺん、こんにゃく、さつまあげ、ちくわ、大根、小松菜、ベーコン、にんじん、コーン、りんご	ひねり揚げ、干し芋
24 水	やさいせんべい	のりごはん	みそ汁、カジキの竜田揚げ、春雨サラダ、オレンジ	キャベツ、豆腐、油あげ、にんじん、カジキ、春雨、きゅうり、かにかま、コーン、オレンジ	国ヨーグルト(フルーツソース)
25 木	英字ビスケット	【クリスマス】 バターロール	かぼちゃシチュー、タンドリーチキン、クリスマスサラダ、みかん	かぼちゃ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン、鶏肉、カレー粉、ヨーグルト、ブロッコリー、チーズ、ハム、みかん	国スノーボールクッキー
26 金	ひねり揚げ	ハヤシライス	ごぼうサラダ、粉ふきいも、りんご	豚肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、エリンギ、ハヤシルウ、ごぼう、きゅうり、コーン、ツナ、じゃがいも、りんご	えびせん、干し芋

乳児組:エネルギー483kcal タンパク質16.7g カルシウム231mg 幼児組:エネルギー548kcal タンパク質20.3mg カルシウム249mg
※献立を変更する場合があります。

11日 もちつき

幼児組は機械でついたおもちをお雑煮と
きなこもちでいただきます。
乳児組は安全のためうどんです。

17日 誕生会

子どもたちの大好きなラーメンや
ポテトのメニューです。
午後のおやつは、バナナとココアの
蒸しパンケーキです。

22日 冬至

冬至には「ん」がつく「冬至の七種」と呼ばれる七つの食材があり、にんじん、れんこん、うどん、南瓜 (かぼちゃ) などが含まれます。そんな冬至の七種にちなんだ食材たっぷりのメニューになっています。

25日 クリスマス

セルフサンドにもできるタンドリーチキンやツリーをイメージしたクリスマスサラダです。おやつは雪に見立てたスノーボールです。