



日 曜	献立		材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
			黄	赤	緑	その他	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01 木	昼食	中華丼 中華スープ(豆腐・わかめ) バナナ	こめ、かたくりこ、ごまあぶら、さとう	ぶたにく とうふ	ほくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、にら、たけのこ、しょうが、かんかん ねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、ちゅうかだし、しお ちゅうかだし、しょうゆ、しお	牛乳
	午後おやつ	牛乳 じゃこトースト	たまごなしマヨネーズ、しょくパン	ぎゅうにゅう しらすぼし、こなチーズ	あおのり		
02 金	昼食	さつまいもごはん すまし汁(こまつな・あげ) 豚肉と大根のごまみそ煮	こめ、さつまいも すりごま、さとう、かたくりこ	あぶらあげ ぶたにく、みそ	こまつな、えのきだけ だいこん、にんじん、ねぎ	さけ、しお かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、しお さけ、しょうゆ、ちゅうかだし	牛乳
	午後おやつ	牛乳 プリン おかし(幼児クラスのみ)	プリン おかし	ぎゅうにゅう			
03 土	昼食	みそ煮込みうどん バナナ	うどん	とりにく、みそ、あぶらあげ	ほくさい、にんじん、ねぎ バナナ	かつお・こんぶだしじる、みりん	牛乳
	午後おやつ	牛乳 おかし	おかし	ぎゅうにゅう			
05 月	昼食	ゆかり御飯 みそ汁(かぼちゃ・切干) 肉豆腐(ひき肉) みかん	こめ さとう	みそ とうふ、ぶたひきにく	かぼちゃ、きりぼしだいこん たまねぎ、えのきだけ、にんじん、しょうが みかん	しそふりかけ かつお・こんぶだしじる しょうゆ、みりん	牛乳
	午後おやつ	牛乳 お麩のシュガーラスク	バター、ふ、グラニューとう	ぎゅうにゅう			
06 火	昼食	五目うどん ひじきと厚揚げの炒め煮 バナナ	うどん ごまあぶら、さとう	とりにく、かまぼこ なまあげ	ほうれんそう、しいたけ にんじん、いんげん、ひじき バナナ	かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん、かつお・こんぶだしじる	牛乳
	午後おやつ	牛乳 きなこおはぎ	こめ、もちこめ、さとう	ぎゅうにゅう きなこ			
07 水	昼食	御飯 すまし汁(豆腐・わかめ) おさかなバーグ 切干大根の旨煮	こめ かたくりこ、あぶら さとう	とうふ ぶたひきにく、さば あぶらあげ	ねぎ、わかめ かぼちゃ、たまねぎ、にんにく、しょうが にんじん、いんげん、きりぼしだいこん	かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、しお しお かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、みりん	牛乳
	午後おやつ	牛乳 フルーツミックスとおかし	おかし	ぎゅうにゅう	ももかん、パインかん、みかんかん		
08 木	昼食	三色そばろ丼 まろやかみそ汁 スティックチーズ	こめ、さとう、あぶら、ごまあぶら	とりひきにく とうにゅう、みそ、あぶらあげ チーズ	ほうれんそう、にんじん、コーンかん、しょうが だいこん、ねぎ	かつおだしじる、しょうゆ、さけ かつお・こんぶだしじる	牛乳
	午後おやつ	牛乳 ミルククリームサンド	さとう、コーンスターチ、しょくパン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう			
09 金	昼食	御飯 みそ汁(なめこ・だいこん) かじきの煮付け ほうれん草のごま和え	こめ さとう すりごま	みそ かじき	だいこん、なめこ、わかめ しょうが ほうれんそう、にんじん	かつお・こんぶだしじる しょうゆ、さけ しょうゆ	牛乳
	午後おやつ	牛乳 かみかみおやつ(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	おかし おかし	ぎゅうにゅう			
10 土	昼食	野菜そばろ丼 スティックチーズ	こめ、あぶら、こめこ、ごまあぶら	ぶたひきにく チーズ	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、コーンかん	さけ、しょうゆ、しお	牛乳
	午後おやつ	牛乳 おかし	おかし	ぎゅうにゅう			
12 月	昼食	御飯 みそ汁(さといも・あげ) 柳川風卵とし パイン缶	こめ さといも さとう	みそ、あぶらあげ たまご、ツナかん	ねぎ たまねぎ、ごぼう、にんじん、みつば パインかん	かつお・こんぶだしじる かつお・こんぶだしじる、みりん、しょうゆ、さけ	牛乳
	午後おやつ	牛乳 ボンデケーショ	マッシュポテト、かたくりこ、こめこ、あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう、こなチーズ、ワインナー		しお	

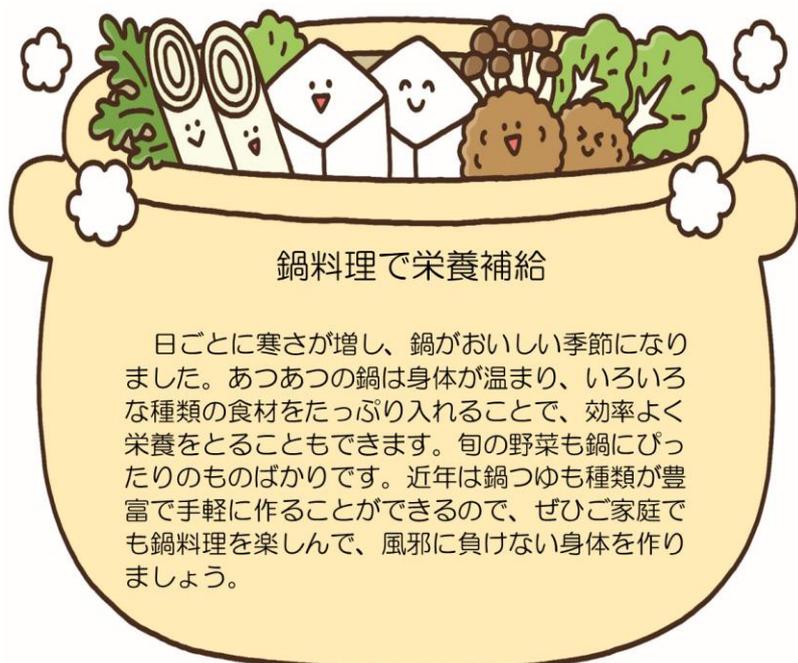
日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
		黄	赤	緑		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	
13 火	昼食 御飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) 鶏の唐揚げレモン風味 キャベツのゆかり和え	こめ かたくりこ、あぶら、さとう	とうふ とりにく	チンゲンサイ、えのきたけ レモンかじゅう キャベツ、きゅうり、にんじん	ちゅうかだし、しお さけ、しょうゆ、しお しょうゆ、しそふりかけ	牛乳
	午後おやつ 牛乳 おかし	おかし	ぎゅうにゅう			
14 水	昼食 ゆかりごはん みそ汁(こまつな・しめじ) 豚しゃぶのごまだれ(温) バナナ	こめ ねりごま、さとう、すりごま	みそ、あぶらあげ ぶたにく	こまつな、しめじ キャベツ、もやし、にんじん、わかめ、しょうが バナナ	しそふりかけ かつお・こんぶだしじる しょうゆ、りんごす、さけ	牛乳
	午後おやつ 牛乳 スイートポテト	さつまいも、さとう、おせんバター、ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう			
15 木	昼食 ロールパン(黒糖) かぶのクリームシチュー 切干大根の中華和え もも缶	ロールパン じゃがいも、こめこ、あぶら ごまあぶら、さとう	とりにく、だっしんんにゅう ツナかん	かぶ、たまねぎ、にんじん きゅうり、きりぼしだいこん ももかん	ようふうだしのもと、しお しょうゆ、りんごす	牛乳
	午後おやつ 牛乳 さけごはん	こめ	ぎゅうにゅう さけフレーク	こまつな		
16 金	昼食 御飯 みそ汁(さつまいも・たまねぎ) さばの揚げ焼き ブロッコリーのごま和え	こめ さつまいも かたくりこ、あぶら すりごま	みそ さば	たまねぎ、わかめ しょうが ブロッコリー、にんじん	かつお・こんぶだしじる しょうゆ、さけ しょうゆ	牛乳
	午後おやつ 牛乳 カップゼリーとおかし	ももゼリー、おかし(にゅうレクラス)	ぎゅうにゅう あじつけいりこ(ようレクラス)			
17 土	昼食 あんかけうどん バナナ	うどん、かたくりこ	とりにく	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、ねぎ バナナ	かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、みりん	牛乳
	午後おやつ 牛乳 おかし	おかし	ぎゅうにゅう			
19 月	昼食 御飯 かき玉汁(豆腐・青菜) 豚肉のどて煮 みかん	こめ かたくりこ いとこんにやく、さとう、かたくりこ	とうふ、たまご ぶたにく、みそ	チンゲンサイ だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが みかん	かつおだしじる、しょうゆ、しお かつお・こんぶだしじる、さけ、しょうゆ	牛乳
	午後おやつ 牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、さとう	ぎゅうにゅう きなこ			
20 火	昼食 ロールパン(レーズン) コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのマヨサラダ	ロールパン じゃがいも かたくりこ、さとう マヨネーズ	とりにく ツナかん	たまねぎ、にんじん マーマレードジャム ほうれんそう、ひじき	ようふうだしのもと、しお、パセリこ しょうゆ、しお しょうゆ、みりん	牛乳
	午後おやつ 牛乳 わかめおにぎり	こめ	ぎゅうにゅう	のり、わかめふりかけ		
21 水	昼食 タコライス ごぼうサラダ のむヨーグルト	こめ、あぶら マヨネーズ	ぶたひきにく、こなチーズ ベーコン のむヨーグルト	たまねぎ、キャベツ、にんじん、にんにく ごぼう、きゅうり、コーンかん	ケチャップ、ソース、しお しょうゆ	牛乳
	午後おやつ ジュース 誕生日ケーキ	ケーキ		りんごジュース		
22 木	昼食 御飯 まろやかみそ汁 さけのムニエル れんこんのきんぴら	こめ バター、こむぎこ ごまあぶら、ごま、さとう	とうふ、とうにゅう、みそ さけ	こまつな、えのきたけ れんこん、にんじん、いんげん	かつお・こんぶだしじる しお しょうゆ、みりん	牛乳
	午後おやつ 牛乳 かぼちゃ蒸しパン	こむぎこ、さとう、あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	かぼちゃ	ベーキングパウダー	

日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
		黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
23 金	昼食 クリスマス メニュー	こめ、あぶら かたくりこ かたくりこ たまごなしマヨネーズ	ツナかん とうにゅう ぶたひきにく、とうふ、ぎゅうひきにく	たまねぎ、にんじん、エリンギ、ピーマン クリームコーン、コーンかん たまねぎ ブロッコリー	ようふうだしのもと、さけ、しお ようふうだしのもと、しお、パセリこ ケチャップ、しお	牛乳
	午後おやつ	プリン	ぎゅうにゅう ホイップクリーム	みかんかん、パインかん		
24 土	昼食 豚肉の甘みそ丼 スティックチーズ	こめ、あぶら、かたくりこ	ぶたにく、みそ チーズ	たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん	みりん、さけ、しょうゆ	牛乳
	午後おやつ	牛乳 おかし	おかし ぎゅうにゅう			
26 月	昼食 ミートスパゲティ コールスローサラダ パイン缶	スパゲティ、こめこ、さとう、あぶら マヨネーズ、さとう	ぶたひきにく、ぎゅうひきにく	たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、コーンかん パインかん	ケチャップ、ソース、しょうゆ、しお りんごす、しお	牛乳
	午後おやつ	牛乳 ゆかりおにぎり	おかし こめ	ぎゅうにゅう のり	しそふりかけ	
27 火	昼食 御飯 みそ汁(豆腐・えのき) 豚肉と野菜のごま炒め スティックチーズ	こめ あぶら、ごま	とうふ、みそ ぶたにく チーズ	えのきたけ、わかめ たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが	かつお・こんぶだしじる しょうゆ、さけ	牛乳
	午後おやつ	牛乳 みかんとおかし	おかし ぎゅうにゅう	みかん		
28 水	昼食 チキンカレー マカロニサラダ	こめ、じゃがいも、あぶら マカロニ、たまごなしマヨネーズ	とりにく ツナかん	たまねぎ、にんじん きゅうり、コーンかん	カレールウ しお	牛乳
	午後おやつ	牛乳 おかし	おかし ぎゅうにゅう			

★ 午前おやつは乳児クラス(もも組、すみれ組、さく組)のみの提供になります。

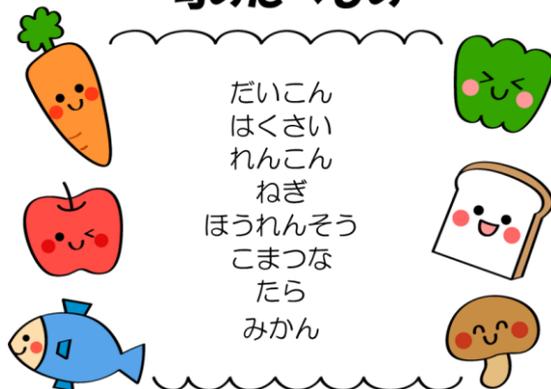
★ 都合により献立を変更する場合があります。

組 氏名



しゅん

旬のたべもの



12月にかぶを今年度初めて提供します。
お子さんがまだ未摂取の場合はご家庭でお試
しいただきますようご協力をお願い致します。