

日	曜	献立名	材 料 名			おやつ	
			熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
1	水	煮魚(生揚げ) 豚汁 ごはん	さとう 板こんにゃく	生揚げ 豚もも肉 豆腐 油揚げ	ごぼう たまねぎ にんじん 葉ねぎ	牛乳 かりんとう	牛乳 おかき
2	木	関東煮 豆と魚のごまがらめ チーズ ごはん	米 板こんにゃく かたくり粉 油 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 だしこんぶ 大豆 たつくり チーズ	にんじん だいこん	お茶 塩せんべい	牛乳 ★ふんわりかぼちゃ
3	金	魚の甘酢あんかけ 玉米湯(ユイミータン) コッパン	コッパン 小麦粉 かたくり粉 油 さとう	白身魚 牛乳	赤ピーマン たまねぎ だけのこ しめじ さやいんげん 根深ねぎ クリームコーン 葉ねぎ	お茶 ヨーグルト	牛乳 パイ菓子 
4	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 おかき	
6	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 パター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ りんご きゅうり	牛乳 ビスケット	牛乳 ★さつまいもドーナツ
7	火	あんかけ炒飯(コーン) 中華スープ ごはん	米 油 かたくり粉	豚ひき肉 鶏もも肉 豆腐	コーン 葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ もやし	お茶 ごませんべい	牛乳 クッキー
8	水	ひじきの炒め煮 田舎汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう さといも	鶏もも肉 干しひじき 揚げはん 油揚げ	だけのこ にんじん だいこん 干し椎茸 さやいんげん えのきだけ 葉ねぎ	お茶 スティックチーズ	牛乳(100) ★ごぼうチップス 一口ゼリー
9	木	冬野菜のなかよし煮 みそ汁 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 わかめ	にんじん ごぼう れんこん グリンピース 干し椎茸 たまねぎ 葉ねぎ	お茶 塩せんべい	牛乳 ★開口笑
10	金	ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ ミルクロール	ミルクロール パン粉 じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 牛乳 卵	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース キャベツ ほうれんそう コーン	お茶 ぼんせんべい	牛乳(100) みかん ココアクッキー
11	土	【作品展・家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 クッキー	
13	月	さかなバーグ コンソメスープ 食パン	食パン パン粉 さとう かたくり粉 油 じゃがいも	白身魚すり身 豆腐	しょうが 葉ねぎ にんじん コーン もやし たまねぎ パセリ	お茶 のり巻きせんべい	牛乳 ★ビザ風蒸しパン
14	火	野菜のカレースープ煮 れんこんサラダ 味つけにぼし ごはん	米 すりごま 油 さとう 小麦粉 じゃがいも マヨネーズ	鶏もも肉 ちくわ 味つけにぼし	にんじん たまねぎ かぶ パセリ れんこん コーン さやえんどう	お茶 あられ	牛乳 クラッカー
15	水	関東煮 豆と魚のごまがらめ チーズ ごはん	米 板こんにゃく かたくり粉 油 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 だしこんぶ 大豆 たつくり チーズ	にんじん だいこん	お茶 おこし	牛乳 パイ菓子
16	木	【誕生会】 焼肉ごはん ドレッシング和え わかめスープ	米 さとう ごま油 油 サラダ油 白ごま	牛肉 チーズ 豆腐 わかめ	にんにく しょうが たまねぎ レモン さやえんどう もやし キャベツ にんじん きゅうり	牛乳 ウエハース	紅茶 ケーキ
17	金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ クロロール	クロロール 油 バター 小麦粉 さとう サラダ油	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ	はくさい にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン	牛乳 クッキー	お茶 ★みそ煮おでん
18	土	【なかよし保育】 こぎつねうどん プリン	干しうどん プリン	かまぼこ 油揚げ	にんじん 根深ねぎ ほうれんそう 干し椎茸	牛乳 かりんとう	
20	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 パター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ りんご きゅうり	牛乳 ビスケット	牛乳 ★フ레이크バー
21	火	あんかけ炒飯(コーン) 中華スープ ごはん	米 油 かたくり粉	豚ひき肉 鶏もも肉 豆腐	コーン 葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ もやし	お茶 野菜せんべい	牛乳 クッキー
22	水	ひじきの炒め煮 田舎汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう さといも	鶏もも肉 干しひじき 揚げはん 油揚げ	だけのこ にんじん だいこん 干し椎茸 さやいんげん えのきだけ 葉ねぎ	お茶 スティックチーズ	牛乳 かりんとう
23	木	冬野菜のなかよし煮 みそ汁 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 わかめ	にんじん ごぼう れんこん グリンピース 干し椎茸 たまねぎ 葉ねぎ	お茶 ごませんべい	牛乳 ウエハース
24	金	【クリスマス会】 ケチャップライス フライドチキン 野菜スープ	米 小麦粉 油 じゃがいも	ウィンナー 鶏もも肉	たまねぎ にんじん ピーマン もやし キャベツ パセリ	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★ヨーグルト蒸しケーキ
25	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *お弁当をおねがいします			牛乳 のり巻きせんべい	
27	月		おもちつき (きなこもち・ハムチーズ・発酵乳)			牛乳 フルーツゼリー	みかん せんべい
28	火	【保育おさめ】 ゆかりごはん 鶏肉の照り煮 そうめん汁	米 さとう そうめん	かまぼこ 鶏もも肉	ゆかり粉 ほうれんそう しめじ にんじん 葉ねぎ ブロッコリー	牛乳 ウエハース	お茶 のり巻きせんべい

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

