

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	木	ひじきの炒め煮 豚汁 ごはん	米 油 さとう 板こんにゃく	鶏もも肉 ひじき 豚もも肉 豆腐 揚げはん 油揚げ	れんこん にんじん 干し椎茸 ごぼう たまねぎ グリンピース 根深ねぎ	お茶 ごませんべい	牛乳 ウエハース
2	金	ミートボールのトマト煮 フレンチサラダ クロロール	クロロール さとう 油 かたくり粉 じゃがいも	豚ひき肉 ロースハム	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり グリンピース	牛乳 クラッカー	牛乳 ビスケット
3	土	【家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします			牛乳 おこし	
5	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 油 麦 さとう じゃがいも 小麦粉 バター	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 キャベツ コーン パセリ グリンピース	牛乳 ウエハース	牛乳 パイ菓子
6	火	冬野菜のなかよし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう さといも 板こんにゃく	鶏もも肉 豆腐 わかめ 油揚げ	にんじん ごぼう れんこん だいこん 葉ねぎ グリンピース 干し椎茸	牛乳 ビスケット	お茶 ★きなこだんご
7	水	あんかけ炒飯 中華スープ フルーツゼリー	米 油 かたくり粉 フルーツゼリー	豚ひき肉 豆腐	コーン 葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじ もやし チンゲンサイ	お茶 クッキー	牛乳 ★ごまマフィン
8	木	鶏肉と野菜のカレースープ煮 レンコンのゴマネーズ和え 味付け煮干し ごはん	米 油 じゃがいも すりごま マヨネーズ	鶏もも肉 ちくわ 味付け煮干し	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ コーン れんこん	お茶 かりんとう	お茶 塩せんべい
9	金	グラタン風シチュー ツナサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 さとう バター マカロニ 小麦粉 パン粉	鶏もも肉 チーズ 生クリーム ツナ スキムミルク	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ 赤ピーマン きゅうり コーン	牛乳 あられ	お茶 おかき
10	土	【作品展・家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします			牛乳 ぼんせんべい	
12	月	関東煮 だいずと小魚のごまがらめ チーズ ごはん	米 油 さとう 板こんにゃく かたくり粉 白ごま	揚げはんボール うずら卵 大豆 こんぶ たつくり チーズ	にんじん だいこん 	お茶 ごませんべい	牛乳 ビスケット
13	火	【青空ランチ】 ラップおにぎり 魚の竜田揚げ ポイル野菜・チーズ	米 油 じゃがいも かたくり粉	さかな チーズ	しょうが にんじん ブロッコリー	お茶 プリン	牛乳 ★ピザ風蒸しパン
14	水	豆腐ハンバーグ コンソメスープ コッペパン	コッペパン 油 さとう パン粉 じゃがいも	しほり豆腐 ウィンナー 鶏ひき肉 卵 スキムミルク ひじき	たまねぎ キャベツ コーン パセリ	お茶 塩せんべい	牛乳(100) みかん クッキー
15	木	【誕生会】 焼き肉ごはん もやしあえ 春雨スープ	米 油 さとう すりごま はるさめ	牛肉 ロースハム 	にんにく しょうが レモン たまねぎ 葉ねぎ もやし きゅうり みかん にんじん はくさい	牛乳 クラッカー	紅茶 ケーキ
16	金	煮魚(こんにゃく) 田舎汁 ーロゼリー ごはん	米 さとう さといも 板こんにゃく ーロゼリー	さかな 油揚げ 	しょうが だいこん にんじん えのきたけ 葉ねぎ	牛乳 おかき	牛乳 かりんとう
17	土	【なかよし保育】	<b>おたのしみランチ</b>			牛乳 パイ菓子	
19	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	米 油 麦 さとう じゃがいも 小麦粉 バター	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 キャベツ コーン パセリ グリンピース	牛乳 ウエハース	牛乳 クッキー
20	火	冬野菜のなかよし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう さといも 板こんにゃく	鶏もも肉 豆腐 わかめ 油揚げ	にんじん ごぼう れんこん だいこん 葉ねぎ グリンピース 干し椎茸	牛乳 野菜せんべい	お茶 チーズ菓子
21	水	あんかけ炒飯 中華スープ フルーツゼリー	米 油 かたくり粉 フルーツゼリー	豚ひき肉 豆腐	コーン 葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじ もやし チンゲンサイ	牛乳 ビスケット	お茶 ★みそ煮おでん
22	木	魚の南蛮漬け わかめスープ ロールパン	ロールパン 油 さとう かたくり粉 白ごま	さかな わかめ	しょうが たまねぎ ピーマン えのきたけ もやし 赤ピーマン にんじん	お茶 おこし	牛乳 ごませんべい
23	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 油 小麦粉	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 えのきたけ コーン パセリ 	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★ヨーグルト蒸しパン
24	土	【家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b> *お弁当をおねがいします			牛乳 クラッカー	
26	月	関東煮 だいずと小魚のごまがらめ チーズ ごはん	米 油 さとう 板こんにゃく かたくり粉 白ごま	揚げはんボール うずら卵 大豆 こんぶ たつくり チーズ	にんじん だいこん	お茶 塩せんべい	牛乳 ビスケット
27	火		<b>おもちつき</b> (きなこもち・ハムチーズパン・発酵乳)			フルーツゼリー	みかん せんべい
28	水	【保育おさめ】 なめしごはん 年越しにゅうめん 鶏肉の照り煮 	米 さとう そうめん	鶏もも肉 油揚げ	ほうれんそう たまねぎ にんじん カリフラワー ブロッコリー	牛乳 あられ	牛乳 パイ菓子

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♪

