

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳	2	麦茶、星たべよ	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ギンビスアスパラ
昼食	ビーンズライス、かぼちゃのサラダ、コンソメスープ、バナナ		ご飯、鮭のごま味噌焼き、ちくわと青菜のさっと煮、けんちん汁、オレンジ		ご飯、きのこベーコンの和風パスタ、サツマイモの甘煮、もやしのスープ、バナナ		チキンカレーライス、コールスローサラダ、わかめスープ、オレンジ		ご飯、たらこの磯辺焼き、ひじきと大豆の煮物、豆腐のすまし汁、柿		ひじきチャーハン、魚肉ソーセージソテー、わかめスープ、バナナ	
午後	牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、ふかし芋		牛乳、じゃこまぜおにぎり		牛乳、ホームパイ		牛乳、バナナ蒸しパン		麦茶、ココナッツサブレ	
午前	8	牛乳	9	麦茶、ギンビスアスパラガス	10	牛乳	11	ドリンクヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、ぼたぼた焼
昼食	みそ野菜ラーメン、かぼちゃサラダ、りんご		わかめ御飯、さばの塩焼き、こまつな海苔和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ		ご飯、スタミナ納豆、昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、バナナ		食パン、豆腐のミートグラタン、マカロニスープ、バナナ		ご飯、さけのきのこみそ焼き、小松菜のしらす納豆和え、根菜汁、りんご		鶏の照り焼き丼、納豆と大根のみそ汁、キャベツとちくわの和え物、バナナ	
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、リッツジャムサンド		牛乳、ホームパイ		牛乳、たぬき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、星食べよ	
午前	15	牛乳	16	麦茶、味しらべ	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、白い風船
昼食	ご飯、カレーマーマー豆腐、きゅうりともやしの酢の物、中華スープ、バナナ		ご飯、鶏のから揚げ、切干し大根のサラダ、なめこのみそ汁、バナナ		ご飯、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル、じゃがいものみそ汁、グレープフルーツ		きつねうどん、さつま芋のサラダ、バナナ		ケチャップライス、チキンのオニオンソース、かぼちゃグラタン、ブロッコリーのオイル焼き、白菜ととうろ昆布のスープ、みかん		ご飯、豆腐と豚肉のみそ煮、はるさめサラダ、たまごスープ、オレンジ	
午後	牛乳、味しらべ		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、星たべよ		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、ホームパイ		麦茶、味しらべ	
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、星たべよ	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、星たべよ
昼食	焼きそば、冬至かぼちゃ、はるさめと海苔のスープ、グレープフルーツ		ご飯、さばのカレー風味焼き、ひじきとじゃがいもの煮物、にらのみそスープ、バナナ		ピラフ、トナカイハンバーグ、フライドポテト、ミネストローネ、みかん		スタミナ丼、ブロッコリーとツナのサラダ、コンソメスープ、バナナ		ご飯、鶏肉のオーロラソースあえ、白菜の煮びたし、油揚げのみそ汁、パイン缶		ご飯、ほうれん草のキッシュ、ジャーマンポテト、トマトスープ、りんご	
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、クリスマスケーキ		牛乳、味しらべ		牛乳、ホームパイ		麦茶、ココナッツサブレ	
午前	29		30		31							
昼食												
午後												

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆24日はクリスマスメニューとなっております。

	エネルギー kcal	たんぱく g	脂質 g	食塩 g
3才未満児	478	19.2	15.1	1.8
目標量	464	18.6	12.9	1.5
充足率(%)	103	103	117	120

寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳	2	麦茶、やきいもクッキー	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ハイハイン
昼食	ビーンズライス（軟飯）、かぼちゃのサラダ、コンソメスープ、バナナ		軟飯、鮭のごま味噌焼き、ちくわと青菜のさっと煮、けんちん汁、オレンジ		軟飯、きのこベーコンの和風パスタ、サツマイモの甘煮、もやしのスープ、バナナ		チキンカレーライス、コールスローサラダ、わかめスープ、オレンジ		軟飯、たらこの磯辺焼き、ひじきと大豆の煮物、豆腐のすまし汁、オレンジ		ひじきチャーハン、魚肉ソーセージソテー、わかめスープ、バナナ	
午後	牛乳、ハイハイン		牛乳、ミルクウエハース		牛乳、じゃこまぜごはん（軟飯）		牛乳、やきいもクッキー		牛乳、バナナ蒸しパン		麦茶、バナナクッキー	
午前	8	牛乳	9	麦茶、ハイハイン	10	牛乳	11	飲むヨーグルト	12	牛乳	13	麦茶、バナナクッキー
昼食	みそ野菜ラーメン、かぼちゃサラダ、りんご		わかめご飯（軟飯）、さばの塩焼き、こまつな海苔和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ		軟飯、スタミナ納豆、昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、バナナ		食パン、豆腐のミートグラタン、マカロニスープ、バナナ		ご飯、さけのきのこみそ焼き、小松菜のしらす納豆和え、根菜汁、りんご		鶏の照り焼き丼、納豆と大根のみそ汁、キャベツとちくわの和え物、バナナ	
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、かぼちゃクッキー		牛乳、豆乳蒸しパン		牛乳、ためき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、小魚せんべい	
午前	15	牛乳	16	麦茶、やきいもクッキー	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、バナナクッキー
昼食	軟飯、カレーマーマー豆腐、きゅうりともやしの酢の物、中華スープ、バナナ		軟飯、鶏のから揚げ、切干し大根のサラダ、なめこのみそ汁、バナナ		軟飯、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル、じゃがいものみそ汁、グレープフルーツ		きつねうどん、さつまいものサラダ、バナナ		ケチャップライス（軟飯）、チキンのオニオンソース、かぼちゃグラタン、ブロッコリーのオイル焼き、白菜のスープ、みかん		軟飯、豆腐と豚肉のみそ煮、はるさめサラダ、中華スープ、オレンジ	
午後	牛乳、お麴ラスク		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、ハイハイン		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、ハイハイン		麦茶、小魚せんべい	
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、やきいもクッキー	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、ハイハイン
昼食	焼きそば、冬至かぼちゃ、はるさめと海苔のスープ、グレープフルーツ		軟飯、さばのカレー風味焼き、ひじきとじゃがいもの煮物、にらのみそスープ、バナナ		ピラフ（軟飯）、トナカイハンバーグ、フライドポテト、ミネストローネ、みかん		スタミナ丼、ブロッコリーとツナのサラダ、コンソメスープ、バナナ		軟飯、鶏肉のオーロラソースあえ、白菜の煮びたし、油揚げのみそ汁、オレンジ		軟飯、鶏ひき肉とほうれん草のチーズ焼き、ジャーマンポテト、トマトスープ、りんご	
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり		牛乳、やきいもクッキー		牛乳、クリスマス蒸しパン		牛乳、ミルクウエハース		牛乳、小魚せんべい		麦茶、やきいもクッキー	
午前	29		30		31							
昼食												
午後												
	☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。					<div>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</div>						
	☆ミルクは個人に合わせて提供します。											
	☆24日はクリスマスメニューとなっております。											

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶、ヨーグルト	2	麦茶、ヨーグルト	3	麦茶、ヨーグルト	4	麦茶、ヨーグルト	5	麦茶、ヨーグルト	6	麦茶、ハイハイ
昼食	全粥、鮭のみそ煮、けんちん汁風、オレンジ、ミルク		全粥、野菜のトマト煮、コンソメスープ、バナナ、ミルク		全粥、鶏ひき肉とほうれん草の炒め物、トマトスープ、りんご、ミルク		全粥、マーボー豆腐、きゅうりともやしの和え物、チンゲン菜のスープ、バナナ、ミルク		全粥、たらこの磯辺煮、ひじきと大豆の煮物、豆腐のすまし汁、オレンジ、ミルク		全粥、野菜とろみ煮、わかめスープ、バナナ、ミルク	
午後	ふかし芋、ミルク		やきいもクッキー、ミルク		しらす粥、ミルク		やきいもクッキー、ミルク		ひじきせんべい、ミルク		かぼちゃクッキー、ミルク	
午前	8	麦茶、ヨーグルト	9	麦茶、ヨーグルト	10	麦茶、ヨーグルト	11	麦茶、ヨーグルト	12	麦茶、ヨーグルト	13	麦茶、バナナクッキー
昼食	みそ野菜うどん、かぼちゃサラダ、りんご、ミルク		全粥、鮭煮、こまつな海苔和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、豆腐と豚肉のみそ煮、コンソメスープ、オレンジ、ミルク		食パン、豆腐のトマト煮、マカロニスープ、バナナ、ミルク		全粥、さけのきのこみそ煮、小松菜のしらす納豆和え、根菜すまし汁、りんご、ミルク		全粥、鶏肉のとろみ煮、納豆と大根のみそ汁、バナナ、ミルク	
午後	ツナ粥、ミルク		かぼちゃクッキー、ミルク		ハイハイ、ミルク		温そうめん、ミルク		バナナクッキー、ミルク		小魚せんべい、ミルク	
午前	15	麦茶、ヨーグルト	16	麦茶、ヨーグルト	17	麦茶、ヨーグルト	18	麦茶、ヨーグルト	19	麦茶、ヨーグルト	20	麦茶、バナナクッキー
昼食	全粥、ポトフ、わかめのすまし汁、オレンジ、ミルク		全粥、鶏肉の照煮、切干し大根のサラダ、なめこのみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、豆腐の中華煮風、ほうれん草のナムル、じゃがいものみそ汁、オレンジ、ミルク		煮込みうどん、さつま芋のサラダ、バナナ、ミルク		全粥、鶏肉と白菜のグラタン風、蒸しかぼちゃのスティック焼き、コロコロ野菜のすまし汁、みかん、ミルク		全粥、豚肉の炒め煮、コンソメスープ、バナナ、ミルク	
午後	お好きな粉フレンチ、ミルク		かぼちゃクッキー、ミルク		ハイハイ、ミルク		かぼちゃの甘煮、ミルク		ハイハイ、ミルク		小魚せんべい、ミルク	
午前	22	麦茶、ヨーグルト	23	麦茶、ヨーグルト	24	麦茶、ヨーグルト	25	麦茶、ヨーグルト	26	麦茶、ヨーグルト	27	麦茶、ハイハイ
昼食	鶏そぼろと野菜うどん、冬至かぼちゃ、はるさめと海苔のスープ、オレンジ、ミルク		全粥、鮭煮、ひじきとじゃが芋の煮物、にらのみそスープ、バナナ、ミルク		全粥、ベビーミネストローネ、ハンバーグ、みかん、ミルク		全粥、スタミナ納豆、切り干し大根のみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、鶏肉の照煮、白菜の煮びたし、さつま芋のみそ汁、オレンジ、ミルク		全粥、ツナじゃが、もやしのみそ汁、バナナ	
午後	おかか粥、ミルク		やきいもクッキー、ミルク		いちごバナナ、ミルク		ハイハイ、ミルク		小魚せんべい、ミルク		やきいもクッキー、ミルク	
午前	29		30		31							
昼食												
午後												
	☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。											
	☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。											

寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。

寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしなが、健康をサポートしています。

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳	2	麦茶、星たべよ	3	牛乳	4	りんごジュース	5	牛乳	6	麦茶、ギンビスア スパラ
昼食	ビーンズライス、かぼちゃ のサラダ、コンソメスー プ、バナナ		ご飯、鮭のごま味噌焼き、 ちくわと青菜のさっと煮、 けんちん汁、オレンジ		ご飯、きのこことベーコンの 和風パスタ、サツマイモの 甘煮、もやしのスープ、バ ナナ		チキンカレーライス、コー ルスローサラダ、わかめ スープ、オレンジ		ご飯、たらこの磯辺焼き、ひ じきと大豆の煮物、豆腐の すまし汁、柿		ひじきチャーハン、魚肉 ソーセージソテー、わかめ スープ、バナナ	
午後	牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、ふかし芋		牛乳、じゃこまぜおにぎり		牛乳、ホームパイ		牛乳、バナナ蒸しパン		麦茶、ココナッツサブレ	
午前	8	牛乳	9	麦茶、ギンビス ア スパラガス	10	牛乳	11	ドリンクヨーグル ト	12	牛乳	13	麦茶、ぼたぼた焼
昼食	みそ野菜ラーメン、かぼ ちゃサラダ、りんご		わかめ御飯、さばの塩焼 き、こまつな海苔和え、 さつまいもとしめじのみそ 汁、バナナ		ご飯、スタミナ納豆、昆布 の煮物、切り干し大根のみ そ汁、バナナ		食パン、豆腐のミートグラ タン、マカロニスープ、バ ナナ		ご飯、さけのきのこみそ焼 き、小松菜のしらす納豆和 え、根菜汁、りんご		鶏の照り焼き丼、納豆と大 根のみそ汁、キャベツとち くわの和え物、バナナ	
午後	牛乳、ツナマヨおにぎり		牛乳、リッツジャムサンド		牛乳、ホームパイ		牛乳、たぬき温そうめん		牛乳、ピザパン		麦茶、星食べよ	
午前	15	牛乳	16	麦茶、味しらべ	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、白い風船
昼食	ご飯、カレーマボー豆 腐、きゅうりともやしの酢 の物、中華スープ、バナナ		ご飯、鶏のから揚げ、切干 し大根のサラダ、なめこの みそ汁、バナナ		ご飯、豆腐の中華煮、ほう れん草のナムル、じゃがい ものみそ汁、グレープフル ーツ		きつねうどん、さつま芋の サラダ、バナナ		ケチャップライス、チキンのオニオン ソース、かぼちゃグラタン、フ ロッコリーのオイル焼き、白菜と ろろ昆布のスープ、みかん		ご飯、豆腐と豚肉のみそ 煮、はるさめサラダ、たま ごスープ、オレンジ	
午後	牛乳、味しらべ		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、星たべよ		牛乳、かぼちゃケーキ		牛乳、ホームパイ		麦茶、味しらべ	
午前	22	牛乳	23	牛乳	24	麦茶、星たべよ	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、星たべよ
昼食	焼きそば、冬至かぼちゃ、 はるさめと海苔のスープ、 グレープフルーツ		ご飯、さばのカレー風味焼 き、ひじきとじゃがいもの 煮物、にらのみそスープ、 バナナ		ピラフ、トナカイハンバー グ、フライドポテト、ミネ ストローネ、みかん		スタミナ丼、フロッコリー とツナのサラダ、コンソメ スープ、バナナ		ご飯、鶏肉のオーロラソー スあえ、白菜の煮びたし、 油揚げのみそ汁、パイン缶		ご飯、鶏と野菜のチーズ焼 き、ジャーマンポテト、ト マトスープ、りんご	
午後	牛乳、おかかチーズおにぎ り		牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、クリスマスケーキ		牛乳、味しらべ		牛乳、ホームパイ		麦茶、ココナッツサブレ	
午前	29		30		31							
昼食												
午後												
	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、 ご了承ください。 ☆24日はクリスマスメニューとなっております。											



寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。





寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。

