

# 献立予定表

日	曜	主食	副食		追加食	おやつ		行事
			共	通		10時(未満児)	3時(共通)	
1	火	パン	野菜たっぷりグラタン,スパゲッティサラダ,ふわふわスープ,フルーツ			オレンジ	★お好み焼き牛乳	
2	水	ご飯	魚の蒲焼き,きゅうりの昆布和え,豆腐と若布のみそ汁,フルーツ			トマト	★ラスク牛乳	
3	木	パン	ちゃんぽん,芋の天ぷら,フルーツ			チーズ	ロールケーキ牛乳	
4	金	ご飯	魚のごま照り焼き,干し大根の煮物,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ			蒸し南瓜	★人参蒸しパン牛乳	英語教室
5	土	麦ご飯	親子丼,ほうれん草の和え物,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ			リンゴ	お菓子野菜ジュース	
7	月	五穀米	豚肉の生姜焼き,きゅうりと若布の酢の物,すまし汁,フルーツ			オレンジ	★揚げパン牛乳	
8	火	麦ご飯	カレーライス,コールスローサラダ,ゆで卵,フルーツ		きのこのスープ	バナナ	★チーズケーキ牛乳	スイミング
9	水	パン	ハンバーガー,フライドポテト,野菜スープ,フルーツ			トマト	★和風カップケーキ牛乳	クッキング
10	木	ご飯	魚の香味焼き,ひじきの炒め物,ほうれん草と卵のみそ汁,フルーツ			チーズ	★人参ケーキ牛乳	
11	金	パン	野菜ラーメン,花シュウマイ,フルーツ			蒸し南瓜	★塩昆布おにぎり,牛乳	英語教室
12	土	ご飯	鶏肉の照り焼き煮,切干大根のサラダ,豆腐と白菜の味噌汁,フルーツ			リンゴ	お菓子,ヨーグルト野菜ジュース	
14	月	五穀米	筑前煮,春雨サラダ,かき玉汁,フルーツ			オレンジ	★さくさくクッキー牛乳	
15	火	パン	具うどん,はんぺんのチーズフライ,フルーツ			バナナ	★ミルクくずもち,牛乳	
16	水	ご飯	焼き魚,人参しりしり,大根の味噌汁,フルーツ			トマト	★焼きいも牛乳	
17	木	ご飯	ふりかけ,チキン南蛮,ポテトサラダ,コンスープ,ゼリー			チーズ	★ココアマフィン,牛乳	お誕生日会
18	金	ご飯	魚の煮付け,変わり大豆和え,キャベツの味噌汁,フルーツ			ふかし芋	★野菜ポッキー牛乳	英語教室
19	土	麦ご飯	マーボー丼,ひじきのマヨ和え,白菜と人参のスープ,フルーツ			リンゴ	お菓子,野菜ジュース,昆布	
21	月	五穀米	豚肉のみそいため,南瓜の煮物,豆腐とえのきのみそ汁,フルーツ			オレンジ	★豆乳ブラウニー,牛乳	和太鼓指導
22	火	麦ご飯	ハヤシライス,チャンブル風サラダ,フルーツ		オニオンスープ	バナナ	★きなこマカロニ,牛乳	スイミング
23	水	ご飯	魚のホイル焼き,スクランブルエッグ,豆腐と玉葱のみそ汁,フルーツ			ふかし芋	★ちんすこう牛乳	
24	木	パン	ツナとベーコンのスパゲティー,キャベツとコーンのサラダ,小松菜のスープ,フルーツ			リンゴ	★じゃがちゃん牛乳	
25	金	ご飯	チキンライス,魚のムニエル,マカロニサラダ,若布スープ,プリン			チーズ	★牛乳スノーボールクッキー	クリスマス会
26	土	ご飯	鶏肉のサッパリ煮,ポパイサラダ,人参と玉葱の味噌汁,フルーツ			蒸し南瓜	お菓子,ヨーグルト野菜ジュース	
28	月	五穀米	肉じゃが,もやしのごま和え,玉ねぎと卵のみそ汁,フルーツ			オレンジ	★レモンケーキ牛乳	
29	火		年末休み					
30	水		年末休み					
31	木		年末休み					
			1/4(土) カレーライス,スパゲッティサラダ,ミニゼリー					

\*都合により献立を変更することがあります。★マークは、手作りおやつです。

