

# 献立予定表

日	曜	主食	副食 共通	追加食	おやつ		行事
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	土	パン	ちゃんぽん,芋の天ぷら,チーズ,フルーツ		人参スティック	ロールケーキ 牛乳	
3	月	五穀米	とんちゃん,ほうれん草のおひたし,かきたま味噌汁,フルーツ		蒸し南瓜	★マドレーヌ 牛乳	
4	火	麦ご飯	五目チャーハン,チャンプル風サラダ,若布スープ,フルーツ		トマト	お菓子 野菜ジュース	スイミング
5	水	ご飯	すり身のフライ,ひじきのマヨ和え,さつま汁,フルーツ		バナナ	★お好み焼き 牛乳	
6	木	パン	和風クリームスパゲティ,ほうれん草とコーンのサラダ, オニオンスープ,フルーツ		チーズ	★焼きいも 牛乳	
7	金	ご飯	魚の照り焼き,いり卵,南瓜の味噌汁,フルーツ		オレンジ	★チーズケーキ 牛乳	
8	土	パン	貝うどん,竹輪の磯辺揚げ,チーズ,フルーツ		リンゴ	★べったら餅 牛乳	もちつき
10	月	五穀米	すき焼き風煮,南瓜サラダ,ほうれん草のみそ汁,フルーツ		人参スティック	★きなこマカロ 二,牛乳	
11	火	ご飯	魚のホイル焼き,レバー煮,野菜汁,フルーツ		バナナ	★おからクッ キー,牛乳	
12	水	麦ご飯	カレーライス,スパゲッティサラダ,ゆで卵,フルーツ	オニオン スープ	オレンジ	お菓子,ヨーグル ト野菜ジュース	スイミング
13	木	パン	野菜ラーメン,花シュウマイ,チーズ,フルーツ		トマト	★ココアくずも ち,牛乳	
14	金	ご飯	焼き魚,高野豆腐の卵とじ,キャベツと玉葱の味噌汁,フルーツ		リンゴ	★南瓜ケーキ 牛乳	
15	土	ご飯	厚揚げの中華風煮,ネバネバあえ,白菜と油あげの味噌汁,フルーツ		チーズ	★揚げパン 牛乳	
17	月	五穀米	肉じゃが,きゅうりと若布の酢の物,しめじとえのきの味噌汁, フルーツ		オレンジ	★和風カップケ ーキ,牛乳	
18	火	麦ご飯	ハヤシライス,マカロニサラダ,フルーツ	若布スープ	蒸し南瓜	お菓子,野菜 ジュース,昆布	
19	水	ご飯	人参ご飯,魚のコーンフレーク揚げ,ポテトサラダ,かき玉汁,ゼリー		チーズ	★レモンケーキ 牛乳	お誕生日会
20	木	パン	ハンバーグ,変わり大豆和え,きのこスープ,フルーツ		リンゴ	★スイートポテト 牛乳	和太鼓指導
21	金	ご飯	魚の香草パン粉焼き,れんこんきんぴら,大根の味噌汁,フルーツ		バナナ	★おからブラウ ニー,牛乳	
22	土	パン	南瓜のグラタン,スクランブルエッグ,春雨スープ,フルーツ		トマト	★おにぎり 牛乳	
24	月		<b>振替休日</b>				
25	火	ご飯	カレーピラフ,鶏肉の照り煮,ミモザサラダ,ころころトマト, コーンスープ,プリン		チーズ	★ラスク 牛乳	クリスマス会
26	水	ご飯	魚の煮付け,人参しりしり,豚汁,フルーツ		蒸し南瓜	★野菜ポッキー 牛乳	避難訓練
27	木	ご飯	マーボー豆腐,ナムル,卵スープ,フルーツ		バナナ	お菓子,ヨーグル ト野菜ジュース	
28	金	ご飯	魚のムニエル,五色和え,じゃが芋の味噌汁,フルーツ, 手作りふりかけ		トマト	★きびざとう蒸し パン,牛乳	
29	土		<b>年末休み</b>				
31	月		<b>年末休み</b>				
		1/4(金)	カレーライス,スパゲッティサラダ,ゆで卵,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。

