




日	曜	にし・そよかぜ 朝おやつ	種	献立		給食 カロリー	3時のおやつ		おやつ カロリー
1	木	バナナ	煮	ごはん	牛肉とごぼうの甘辛煮 ばんさんす みそ汁	388	牛乳	五色のまぜむすび	222
2	金	おせんべい ビスケット	炒	ごはん	厚揚げみそ炒め もやしゴマネーズ みそ汁	420	牛乳	きなこラスク	200
3	土	おせんべい ビスケット	麺	和風スパゲティ コールスロー 野菜スープ		383	牛乳	お菓子	-
5	月	魚肉ソーセージ	焼	ごはん	タンドリーチキン 和風サラダ スープ	38	牛乳	人参まるぼうろ	123
6	火	おせんべい ビスケット	煮	ごはん	肉じゃが ほうれんそうナムル みそ汁	414	牛乳	スコーン	235
7	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん	魚のフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	387	牛乳	りんごケーキ	237
8	木	バナナ	煮	ごはん	筑前煮 小松菜納豆 みそ汁	380	牛乳	水ようかん	155
9	金	おせんべい ビスケット	汁	ハヤシライス かぶの酢の物 野菜スープ		400	牛乳	バナナカップケーキ	231
10	土	おせんべい ビスケット	麺	ちゃんぽん ごま和え 果物		380	牛乳	フレンチトースト	234
12	月	バナナ	煮	ごはん	すき焼き風煮 マカロニサラダ みそ汁	384	牛乳	スイートポテト	253
13	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	カレイチーズピカタ 小松菜とコーンの和え物 みそ汁	406	牛乳	ホットケーキ	230
14	水	魚肉ソーセージ	揚	ごはん	からあげ 里芋のごまみそ和え みそ汁	408	牛乳	人参ジャムサンド	233
15	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん	サバのみそ煮 ごま酢和え のっぺ汁	394	牛乳	もちもちポテト	233
16	金	おせんべい ビスケット	汁	ごはん	くずきり入りポトフ ちくわのチーズ揚げ 果物	419	牛乳	お好み焼き	250
17	土	おせんべい ビスケット	汁	ドライカレー 野菜スープ フルーツヨーグルト		385	牛乳	チーズケーキ	270
19	月	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	豚肉の生姜焼き くきわかめの炒り煮 みそ汁	382	牛乳	マドレーヌ	235
20	火	魚肉ソーセージ	焼	ごはん	あじのガーリック焼き ポパイサラダ みそ汁	399	牛乳	金時煮豆	215
21	水	バナナ	飯	まぜごはん	春雨サラダ みそ汁 果物	386	牛乳	小松菜おにぎり	233
22	木	おせんべい ビスケット		ごはん	サバの立田あげ かぼちゃのカレー煮 みそ汁	413	牛乳	黒糖蒸しパン	247
23	金	おせんべい ビスケット		ごはん	ミートローフ スイートサラダ 豆乳スープ	429	牛乳	クリスマスケーキ	-
24	土	おせんべい ビスケット	麺	焼きビーフン コーンフレークサラダ みそ汁		365	牛乳	バターサブレ	248
26	月	おせんべい ビスケット		ごはん	煮込みミートボール ブロッコリーサラダ みそ汁	420	牛乳	お麩ラスク	202
27	火	おせんべい ビスケット	炒	ごはん	豚肉と野菜の華風炒め 炒り豆腐 みそ汁	400	牛乳	ココアマフィン	250
28	水	おせんべい ビスケット	汁	カレーライス コールスロー スープ		419	牛乳	クッキー	256

※  12/22は冬至なのでかぼちゃのメニューです。

※  12/23はクリスマス会です。おやつは保護者会よりケーキがあります。 ※  12/26は誕生会メニューです。

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。