




| 日  | 曜 | にし・そよかせ朝おやつ    | 種   | 献立                             |                             | 給食カロリー | 3時のおやつ |                      | おやつカロリー |
|----|---|----------------|---|--------------------------------|-----------------------------|--------|--------|----------------------|---------|
| 1  | 金 | おせんべい<br>ビスケット | 煮   | ごはん                            | 筑前煮 ごま酢和え みそ汁               | 372    | 牛乳     | 水ようかん                | 155     |
| 2  | 土 | おせんべい<br>ビスケット | 麺   | おにぎり                           | 皿うどん バナナ                    | 372    | 牛乳     | フレンチトースト             | 234     |
| 4  | 月 | バナナ            | 炒   | ごはん                            | 厚揚げみそ炒め もやしゴマネーズ みそ汁        | 411    | 牛乳     | プリン                  | 233     |
| 5  | 火 | おせんべい<br>ビスケット | 揚   | ごはん                            | カレイのフライタルタルソース くわがめの炒り煮 みそ汁 | 394    | 牛乳     | 黒糖ビスケット              | 194     |
| 6  | 水 | 魚肉ソーセージ        | 煮   | ごはん                            | すき焼き風煮 里芋のごまみそ和え みそ汁        | 375    | 牛乳     | 人参ジャムサンド             | 233     |
| 7  | 木 | おせんべい<br>ビスケット | 丼   | 親子丼 ブロッコリーツナマヨ みそ汁 (劇団さんぽ 人形劇) |                             | 374    | 牛乳     | お麩ラスク                | 202     |
| 8  | 金 | おせんべい<br>ビスケット | 煮   | ごはん                            | 肉じゃが ナムル みそ汁                | 357    | 牛乳     | 金時煮豆                 | 215     |
| 9  | 土 | おせんべい<br>ビスケット | 麺   | クリームスパゲティ 野菜スープ フルーツヨーグルト      |                             | 378    | 牛乳     | あげぱん                 | 227     |
| 11 | 月 | バナナ            | 炒   | ごはん                            | 豚肉と野菜の華風炒め 炒り豆腐 みそ汁         | 359    | 牛乳     | お好み焼                 | 250     |
| 12 | 火 | おせんべい<br>ビスケット | 焼   | ごはん                            | カレイのチーズピカタ 和風サラダ みそ汁        | 388    | 牛乳     | ふかしいも                | 200     |
| 13 | 水 | 魚肉ソーセージ        | 揚   | ごはん                            | チキンカツ かぼちゃのカレー煮 野菜スープ       | 388    | 牛乳     | 人参まるぼうろ              | 123     |
| 14 | 木 | おせんべい<br>ビスケット | 汁   | ごはん                            | くずきり入りポトフ ごぼうの土佐煮 みかん       | 371    | 牛乳     | 小松菜おにぎり              | 233     |
| 15 | 金 | おせんべい<br>ビスケット | 焼   | ごはん                            | スペイン風オムレツ ビーンズサラダ スープ       | 423    | 牛乳     | バナナカップケーキ            | 231     |
| 16 | 土 | おせんべい<br>ビスケット | 麺   | 焼きそば ごま和え みそ汁                  |                             | 357    | 牛乳     | お菓子                  | -       |
| 18 | 月 | バナナ            | 焼   | ごはん                            | 豚肉のしょうが焼き 切干大根煮 みそ汁         | 387    | 牛乳     | マドレーヌ                | 235     |
| 19 | 火 | おせんべい<br>ビスケット | 焼   | ごはん                            | サバの塩焼き 小松菜納豆 のっぺい汁          | 364    | 牛乳     | かぼちゃスコーン             | 235     |
| 20 | 水 | 魚肉ソーセージ        | 丼   | ビビンバ丼 スイートサラダ スープ みかん          |                             | 400    | 牛乳     | 黒糖蒸しパン               | 194     |
| 21 | 木 | おせんべい<br>ビスケット | 焼   | ごはん                            | あじのガーリック焼き れんこんキンピラ みそ汁     | 376    | 牛乳     | ホットケーキ               | 230     |
| 22 | 金 | おせんべい<br>ビスケット |  | ごはん                            | からあげ ポパイサラダ スープ             | 391    | 牛乳     | スイートポテト              | 203     |
| 23 | 土 | おせんべい<br>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     | あずきスコーン              | 181     |
| 25 | 月 | おせんべい<br>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 豆乳スープ   | 457    | 牛乳     | クリスマスケーキ<br>(保護者会より) | -       |
| 26 | 火 | おせんべい<br>ビスケット | 焼   | ごはん                            | 鮭の照り焼き ひじきの炒り煮 さつま汁         | 410    | 牛乳     | きなこラスク               | 200     |
| 27 | 水 | おせんべい<br>ビスケット | 麺   | ごはん                            | タイピーエン ちくわのいそべ揚げ バナナ        | 410    | 牛乳     | クッキー                 | 256     |
| 28 | 木 | おせんべい<br>ビスケット | 汁   | ハヤシライス 小松菜とコーンの和え物 きのことスープ     |                             | 387    | 牛乳     | ココアマフィン              | 250     |

※ 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。

※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。



は、お誕生日会です。