

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
1	金	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/つくね団子の照焼き 白菜の煮浸し/金時豆 麩と玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・豆腐・玉葱・人参・椎茸・青葱 白菜・うず揚げ・人参/金時豆 麩・玉葱/りんご	ピザトースト 牛乳	食パン・玉葱・ピーマン チーズ	
2	土	野菜せんべい お茶	中華丼 具だくさんスープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・鶏ガラ・ニンニク 春雨・しめじ・玉葱・人参・豆腐/みかん	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	
4	月	黒糖蒸しパン 牛乳	冬野菜カレー キャベツのサラダ ゆで玉子/フルーツ	白米・豚肉・玉葱・人参・大根・かぶら・カリフラワー・鶏ガラ・ニンニク・カレールウ キャベツ・人参・胡瓜・コーン缶 卵/りんご	抹茶ミルクもち お茶	牛乳・片栗粉・抹茶 きな粉	
5	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/鮭の塩焼き 切干大根の煮物/さつま芋の甘煮 玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米/鮭・塩麹 切干大根・人参・うず揚げ・干し椎茸・三度豆/さつま芋 玉葱・わかめ/みかん	麩のラスク 牛乳	麩・生クリーム マーガリン	
6	水	胚芽スティック 牛乳	いなり寿司 五目あんかけうどん フルーツ	米・うず揚げ・ごぼう・人参・ごま うどん種・鶏肉・白菜・ほうれん草・人参・竹輪・椎茸 バナナ	いちごヨーグルト ビスコ お茶	イチゴジャム・スキムミルク ビスコ	
7	木	ひじきスティック お茶	ごはん/すき焼き風煮 ゆず大根/みりん干し じゃが芋と小松菜のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・白菜・焼豆腐・玉葱・人参・糸こんにゃく 大根・ゆず/みりん干し じゃが芋・小松菜/みかん	あべかわ餅 牛乳	もち米・きな粉	
8	金	ミルクスティック 牛乳	ごはん/わかさぎの磯辺揚げ もやし/ソテー/カロチンとえ 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/わかさぎ・小麦粉・青のり もやし・カレー粉/南瓜・ほうれん草・人参・かつお節 豆腐・うず揚げ・青葱/りんご	ショコラロール 牛乳	ショコラロール (卵入り)	
9	土	紫芋チップ お茶	豚丼 具だくさんみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・青葱 麩・玉葱・椎茸・小松菜/みかん	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒	
11	月	ジャムサンド 牛乳	ごはん/高野豆腐の玉子とじ キャベツとほうれん草のおかか和え/ごまめ 大根のみそ汁/フルーツ	米/高野豆腐・卵・グリーンピース キャベツ・ほうれん草・人参・かつお節/ごまめ 大根・うず揚げ・青葱/りんご	チーズのボンデケーキ 牛乳	チーズ・白玉粉 牛乳・小麦粉 ベーキングパウダー	
12	火	ダノンヨーグルト お茶	ごはん/麩の塩焼き かぶらの群の物/大豆煮 わかめとえのきのみそ汁/フルーツ	米/麩 かぶら・かぶらの葉・胡瓜・人参/大豆・人参・板こんにゃく・ごぼう・昆布 わかめ・えのき・玉葱/りんご	焼きそば 牛乳	中華麺・竹輪・キャベツ もやし・人参・青葱 ソース・青のり	
13	水	バナナ 牛乳	ごはん/ホイコーロー さつま芋のソテー とろろ昆布汁/フルーツ	米/豚肉・キャベツ・人参・ピーマン・厚揚げ・椎茸 さつま芋 とろろ昆布汁・玉葱・青葱/みかん	あんこおはぎ するめ 牛乳	もち米・小豆 するめ	
14	木	畑のクラッカー お茶	ごはん/麩の煮付 金平ごぼう/小松菜のごま酢和え 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米/麩・土生姜 ごぼう・人参・板こんにゃく・ピーマン/小松菜・人参・うず揚げ・ごま 豆腐・なめこ・かぶらの葉/りんご	バナナ ミレービスケット 牛乳	バナナ ミレービスケット	
15	金	紫芋チップ 牛乳	<クリスマスランチ> 人参ごはん/ローストキッチン ポテトサラダ/ブロッコリー 千切り野菜のすまし汁/フルーツ	米・人参/鶏肉 じゃが芋・胡瓜・コーン缶・玉葱・マヨネーズ/ブロッコリー 大根・人参・えのき・糸こんにゃく・豆腐/りんご	ココア蒸しパン 牛乳	ココア・小麦粉・豆乳 ベーキングパウダー	
16	土	第34回 クリスマス会 午前9:30より始まりませす。0・1・2歳児は軽食(おにぎり・お茶)を用意しています。					
18	月	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/鶏肉の唐揚げ ブロッコリーの白和え/ひじき煮 かき玉汁/フルーツ	米/鶏肉・土生姜・ニンニク ブロッコリー・豆腐・ごま/ひじき・人参・うず揚げ・グリーンピース 玉葱・人参・青葱・卵/りんご	カスタードロール 牛乳	カスタードロール (卵入り)	
19	火	みかん お茶	ごはん/金目鯛の野菜あんかけ 金時豆 かぶらと揚げのみそ汁/フルーツ	米/金目鯛・白菜・玉葱・人参・椎茸・えのき・キヌサヤ 金時豆 かぶら・うず揚げ/りんご	焼き芋 牛乳	さつま芋	
20	水	野菜スティック 牛乳	じゃこごはん/厚揚げと根菜の煮物 キャベツのゆかり和え じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・ちりめんじゃこ・ごま/厚揚げ・れんこん・大根・人参 キャベツ・人参・ゆかり じゃが芋・玉葱/バナナ	中華おこわ 牛乳	米・もち米・豚肉 人参・干し椎茸	
21	木	ひじきスティック お茶	<幼児満足の日> ※3・4・5歳児は弁当です 三色丼 さつま芋のしもん煮/ごまめ 玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・土生姜・ほうれん草・コーン缶 さつま芋・しもん/ごまめ 玉葱・わかめ・人参/みかん	ブルーベリーヨーグルト ビスコ お茶	ブルーベリージャム スキムミルク・ビスコ	
22	金	ミレービスケット 牛乳	<12月生まれ誕生日会> 菜ごはん/煮込みハンバーグ スパゲティ/ソテー/粉ふき芋/ブロッコリー 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・かぶらの葉/合挽ミンチ・玉葱・人参・パン粉/ケチャップ・ソース スパゲティ・玉葱・コーン缶/じゃが芋/ブロッコリー 豆腐・竹輪・しめじ・三つ葉/みかん・りんご	フルーツサンド 牛乳	食パン・生クリーム バナナ・みかん缶 黄桃缶	
23	土	休 園 (天皇誕生日)					
25	月	胚芽スティック 牛乳	キーマカレー れんこんサラダ さつま芋のソテー/フルーツ	白米・豚ミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉/ケチャップ・ソース れんこん・キャベツ・人参・コーン缶・ごま さつま芋/みかん	りんご 畑のクラッカー 牛乳	りんご 畑のクラッカー	
26	火	ねじりん棒 お茶	ごはん/カレイの照焼き キャベツのごまみそ和え/南瓜の甘煮 大根のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ キャベツ・小松菜・人参・ごま/南瓜 大根・うず揚げ・青葱/りんご	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵入り)	
27	水	ミルクスティック 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 春雨サラダ みりん干し/フルーツ	米/豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・鶏ガラ・ニンニク・土生姜 春雨・胡瓜・人参・エリンギ みりん干し/バナナ	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま	
28	木	りんご お茶	ビビンバ 豚肉の甘辛炒め/じゃが芋のソテー わかめスープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま 豚肉・玉葱/じゃが芋 わかめ・春雨・人参・豆腐/みかん	人参蒸しパン 牛乳	人参・小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー	
12/29~1/3 年末年始の休園 慌ただしい年の瀬、皆さん事故等気を付けて頂きまして、良い年をお迎え下さい。							
1/4	木	畑のクラッカー お茶	ごはん/カレイと豆腐の煮付 ほうれん草の和え物/さつま芋のソテー 玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・土生姜・焼豆腐 ほうれん草・もやし・人参/さつま芋 玉葱・わかめ/りんご	ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ごま	
5	金	カル鉄スティック 牛乳	カレーライス マカロニサラダ フルーツ	白米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ・ニンニク・鶏ガラ マカロニ・ツナ缶・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ りんご	みかん せんべい 牛乳	みかん せんべい	
6	土	紫芋チップ お茶	そぼろ丼 けんちん汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・土生姜・三度豆・コーン缶 大根・人参・豆腐・うず揚げ・ごぼう・青葱/みかん	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック	
8	月	休 園 (成人の日)					
9	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/ぶりの照焼き たたきごぼう/春菊のごま和え キャベツのみそ汁/フルーツ	米/ぶり ごぼう/ほうれん草・春菊・人参・えのき・ごま キャベツ・うず揚げ・人参/りんご	おかかおにぎり 牛乳	米・鰹節	

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、五分つき米を使用しています。
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物性油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ アレルギーは除去食で対応しています。
 ※ 乳児…朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 幼児…昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 延長保育には、フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。