




日	曜日	午前のおやつ	昼食	主な食材	午後おやつ	
23	月	牛乳 キウイ	胚芽米入りごはん 長芋と麩のすまし汁 キャベツと焼き豆腐の豚みそ炒め キュウリとジャコのカツオ和え	(精白米・胚芽米) (長芋・麩・玉葱・モヤシ・三つ葉) (キャベツ・焼き豆腐・豚肉・玉葱・しめじ・チンゲン菜・味噌) (キュウリ・人参・ちりめんじゃこ・かつお節) (人参・りんご・レモン・ヨーグルト・牛乳)	牛乳 キャロットヨーグルト	
24	火	牛乳 りんご	卵・乳抜き 食パン・牛乳 カブとエビのトマト煮込み レンコンのサラダ	(卵・乳抜き食パン)(牛乳) (カブ・エビ・玉葱・人参・エリンギ・パセリ・トマト缶・ケチャップ・パセリ) (レンコン・キュウリ・人参・赤玉葱・コーン缶・白ゴマ・マヨネーズ) (サトイモ・ゆで小豆缶・ケキマ・ガリン・片栗粉)	サトイモと小豆の お焼き	
25	水	牛乳 キウイ	ごはん 大根と人参のみそ汁 サツマイモと鶏肉の煮物 春雨の酢の物	(精白米) (大根・人参・玉葱・小葱・味噌) (サツマイモ・鶏肉・玉葱・椎茸・小松菜) (春雨・キュウリ・モヤシ・人参) (小松菜・蒸しパンミックス・チーズ・牛乳)	牛乳 小松菜とチーズの ホットケーキ	
26	木	牛乳 みかん	かしわごはん ブリ大根 【3歳未満児】みそかにゅう麺 【3歳以上児】みそかそば	(精白米・鶏肉・ゴボウ・人参・三つ葉) (ブリ・大根・小松菜・生姜) (そうめん・白ネギ・人参・しめじ)(そば・白ネギ・人参・しめじ) (こんぶ・りんご・牛乳)	牛乳 こんぶ りんご	
27	金	 <p>12月27日・1月4日は家庭保育協力日のため、お弁当の用意をお願いいたします。</p> 				



3歳未満児	エネルギー	たんぱく質	脂質	3歳以上児	エネルギー	たんぱく質	脂質
	462kcal	20g	12g		528kcal	25g	14g





日	曜日	午前のおやつ	昼食	主な食材	午後おやつ	
23	月	牛乳 キウイ	胚芽米入りごはん 長芋と麩のすまし汁 キャベツと焼き豆腐の豚みそ炒め キュウリとジャコのカツオ和え	(精白米・胚芽米) (長芋・麩・玉葱・モヤシ・三つ葉) (キャベツ・焼き豆腐・豚肉・玉葱・しめじ・チンゲン菜・味噌) (キュウリ・人参・ちりめんじゃこ・かつお節) (人参・りんご・レモン・ヨーグルト・牛乳)	牛乳 キャロットヨーグルト	
24	火	牛乳 りんご	卵・乳抜き 食パン・牛乳 カブとエビのトマト煮込み レンコンのサラダ	(卵・乳抜き食パン)(牛乳) (カブ・エビ・玉葱・人参・エリンギ・パセリ・トマト缶・ケチャップ・パセリ) (レンコン・キュウリ・人参・赤玉葱・コーン缶・白ゴマ・マヨネーズ) (サトイモ・ゆで小豆缶・ケキマ・ガリン・片栗粉)	サトイモと小豆の お焼き	
25	水	牛乳 キウイ	ごはん 大根と人参のみそ汁 サツマイモと鶏肉の煮物 春雨の酢の物	(精白米) (大根・人参・玉葱・小葱・味噌) (サツマイモ・鶏肉・玉葱・椎茸・小松菜) (春雨・キュウリ・モヤシ・人参) (小松菜・蒸しパンミックス・チーズ・牛乳)	牛乳 小松菜とチーズの ホットケーキ	
26	木	牛乳 みかん	かしわごはん ブリ大根 【3歳未満児】みそかにゅう麺 【3歳以上児】みそかそば	(精白米・鶏肉・ゴボウ・人参・三つ葉) (ブリ・大根・小松菜・生姜) (そうめん・白ネギ・人参・しめじ)(そば・白ネギ・人参・しめじ) (こんぶ・りんご・牛乳)	牛乳 こんぶ りんご	
27	金	 <p>12月27日・1月4日は家庭保育協力日のため、お弁当の用意をお願いいたします。</p> 				



3歳未満児	エネルギー	たんぱく質	脂質	3歳以上児	エネルギー	たんぱく質	脂質
	462kcal	20g	12g		528kcal	25g	14g

