



# 12月献立



	月	火	水	木	金	土
昼食	2	3	4	5	6	7
	ご飯 みそ汁 魚の南部焼 彩りサラダ	塩焼きそば わかめサラダ スープ	麻婆豆腐丼 甘酢漬け 中華スープ	ご飯 すまし汁 豚の味噌漬け焼 南瓜サラダ	バターロール クリームシチュー パインサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 ポップコーン	牛乳 フライドポテト	牛乳 りんごゼリー	牛乳 黒糖蒸しパン	白湯 おにぎり	牛乳 せんべい
昼食	9	10	11	12	13	14
	ご飯 みそ汁 煮魚 胡麻酢和え	にゅうめん ポテトサラダ	カレーライス コールスロー スープ	ご飯 みそ汁 すき焼き風煮 南瓜ソテー	レーズンパン 肉団子スープ マカロニサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ご飯せんべい	牛乳 オレンジ寒天	牛乳 マーブル蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
昼食	16	17	18	19	20	21
	ご飯 みそ汁 魚の香味焼き 甘酢和え	炊き込みご飯 即席漬け 豚汁	けんちんうどん 卵入りサラダ	ご飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ 和風サラダ	黒糖パン コーンシチュー りんごサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 五平餅	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 南瓜蒸しパン	白湯 おにぎり	牛乳 せんべい
昼食	23	24	25	26	27	28
	ご飯 みそ汁 魚のカレームニエル 春雨サラダ	きのこスパゲッティ 大根サラダ 野菜スープ	ケチャップライス 唐揚げ・サラダ コーンスープ	ご飯 みそ汁 豚皿 しらすサラダ	二色サンド チキンスープ みかんサラダ	
おやつ	牛乳 さつま芋ご飯	牛乳 パイン寒天	牛乳 クリスマスケーキ	牛乳 コーン蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し	
昼食			<p>今月の お誕生日会は、18日（水）に なります♪ 25日（水）は、クリスマスメニューに なります☆ ★お楽しみに★</p>			
おやつ						

1ヵ月の平均栄養量	エネルギー	470kcal
	たんぱく質	16.9g
	カルシウム	200mg
	鉄	1.4mg
	ビタミンC	33mg

間食献立表（延長保育を希望される場合に提供）

月	火	水	木	金
おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物	おにぎり すまし汁 果物	おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物