



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 ・ 15	月	ごはん さけのたらこマヨネーズやき なめだけあえ みそしる(だいこん・みずな)	こめこチーズにくまん くだもの ぎゅうにゅう	べにざけ・たらこ・淡色辛みそ・ぶたひき肉・ゴーダチーズ・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・三温糖・米粉・砂糖・調合油・ごま油・片栗粉	レモン果汁・パセリ・こまつな・キャベツ・にんじん・えのきだけ・だいこん・みずな・水・たまねぎ・しょうが・にんにく・
2 火		チキンライス(クリームソース) カレーポテトサラダ はるさめスープ お誕生日会	スノーボールクッキー(2色) くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも(皮なし)・普通牛乳・ベーコン・まぐろ水煮缶詰	はいが米・調合油・有塩バター・薄力粉・じゃがいも・マヨネーズ・三温糖・緑豆はるさめ・粉糖	たまねぎ・にんじん・青ビーマン・トマトケチャップ・たまねぎ・マッシュルーム・きゅうり・コーン缶詰粒・りょくとうもやし・にんじん・きくらげ・チングンサイ・
3 ・ 17	水	しょくばん かじきのコーンフレークやき スパゲティサラダ ベーコンとキャベツのスープ	かんこくふうたきこみごはん くだもの ぎゅうにゅう	めかじき・ベーコン・ぶたばら・普通牛乳	食パン・薄力粉・コーンフレーク・マカロニ・スパゲティ・はいが米・ごま油	にんじん・きゅうり・キャベツ・たまねぎ・だいこん・焼きのり・
4 ・ 18	木	ごはん なすとあつあげのカレーに ながいものあおのりやき みそしる(かぼちゃ・ねぎ)	ヨーグルツコーン くだもの ぎゅうにゅう	生揚げ・ぶたかた・淡色辛みそ・プレーンヨーグルト・普通牛乳	精白米・調合油・三温糖・片栗粉・ながいも・薄力粉・有塩バター・砂糖	生しいたけ・なす・たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが・ゆでさやいんげん・あおのり・くりかぼちゃ・長ねぎ・
5 ・ 19	金	しおこうじやきそば むしとりのちゅうかサラダ はくさいとワカメのスープ	トマトジュースのケーキサレ くだもの ぎゅうにゅう	ぶたかた・鶏むね(皮なし)・ウインナーソーセージ・鶏卵・chedarチーズ・普通牛乳	中華めん・米こうじ・調合油・ごま油・三温糖・ホットケーキミックス・オリーブ油	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・にら・だいこんの葉・きゅうり・黄ピーマン・はくさい・塩蔵わかめ・こねぎ・トマトジュース・
6 ・ 20	土	にくみそどん もやしスープ くだもの ぎゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	淡色辛みそ・ぶたひき肉・普通牛乳	精白米・三温糖・ごま油・片栗粉・クロワッサン	水・にんじん・ぶなしめじ・たけのこ水煮缶詰・たまねぎ・青ねぎ・りょくとうもやし・
8 ・ 22	月	ごはん さばのゆずみそやき きりぼしだいこんのつけ すましる(とうふ・みつば・えのき)	チーズクッキー くだもの ぎゅうにゅう	さば・淡色辛みそ・油揚げ・木綿豆腐・パルメザンチーズ・普通牛乳	精白米・三温糖・薄力粉・砂糖・無塩バター・有塩バター	ゆず果汁・ゆず・切干したいこん・にんじん・生しいたけ・さやいんげん・糸みつば・えのきだけ・
9 火		カレードリア はるさめサラダ コロコロスープ	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ぶたひき肉・普通牛乳・ゴーダチーズ	精白米・調合油・有塩バター・薄力粉・綠豆はるさめ・三温糖・じゃがいも・クロワッサン	たまねぎ・しょうが・にんにく・にんじん・青ピーマン・ぶなしめじ・ホールトマト・りんご・水・きゅうり・りょくとうもやし・コーン缶詰粒・
10 ・ 24	水	ブレッヂエン フィッシュアンドチップス コールスローサラダ ⑩トマトスープ ⑪かぶのスープ	おにぎらず ツナマヨ くだもの ぎゅうにゅう	たら・ベーコン・まぐろ水煮缶詰(白)・普通牛乳	フランスパン・片栗粉・調合油・じゃがいも・三温糖・精白米	しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん・ホールトマト・たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・焼きのり・かぶ・かぶの葉
11 ・ 25	木	ごはん とりにくのうめこうじやき こんさいのみそマヨあえ すましる(しめじ・にら)	あましょく くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも・淡色辛みそ・鶏卵・普通牛乳	精白米・三温糖・マヨネーズ・ごま・薄力粉・有塩バター・砂糖	梅干し・れんこん・ごぼう・きゅうり・にんじん・ぶなしめじ・にら
12 ・ 26	金	⑫にくすきうどん ちくわのいそべあげ こまつなとツナのごまあえ ㉖としこしうどん	マシュマロフレーク くだもの ぎゅうにゅう	ぶたかた・焼き竹輪・まぐろ油漬缶詰・普通牛乳・焼き抜きかまぼこ・鶏もも(皮なし)	うどん・調合油・三温糖・薄力粉・ごま・マシュマロ・無塩バター・コーンフレーク	にんじん・たまねぎ・えのきだけ・長ねぎ・ほうれんそう・あおのり・こまつな・レーズン
13 ・ 27	土	わふうツナスパゲティ とうふときくらげのスープ くだもの ぎゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	まぐろ水煮缶詰・木綿豆腐・普通牛乳	マカロニ・スパゲティ・オリーブ油・クロワッサン	にんにく・たまねぎ・にんじん・ゆでほうれんそう・焼きのり・きくらげ・はくさい
16 火		エスカラップ プロッコリーとカリフラワーのサラダ どさんこ汁 ご当地料理 北海道	チーズむしケーキ くだもの むぎちや	ぶたヒレ・淡色辛みそ・プロセスチーズ・クリームチーズ・普通牛乳・鶏卵	薄力粉・パン粉・調合油・精白米・三温糖・有塩バター・じゃがいも・ごま油・無塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・コーン缶詰粒・トマトケチャップ・トマトジュース・水・プロッコリー・カリフラワー・にんじん・りょくとうもやし・しょうが・にんにく
23 火		ピラフ ミートローフ マッシュポテト そえプロッコリー パンプキンポタージュ	ロールケーキ (ココアいちご) ぎゅうにゅう	ぶたひき肉・鶏ひき肉・ゆでいんげんまめ・プロセスチーズ・普通牛乳・鶏卵・生クリーム	はいが米・調合油・パン粉・じゃがいも・有塩バター・砂糖・薄力粉・粉糖	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・コーン缶詰粒・トマトケチャップ・プロッコリー・くりかぼちゃ・水・いちご・黄桃缶

☆ 都合により献立が変更になることがあります

☆ 果物は季節の物がでます(12月 りんご ラフランス 莓 みかん等)

☆ 午前補食 1・2歳 牛乳

☆ 午後補食 6時以降 おせんべい又はルヴァンと麦茶

★ 2日 お誕生日会です! クリームソースをかけて食べるチキンライスと、おやつは2色のクッキーです♪

★ 16日 ご当地料理の日! 今月は「北海道」です!

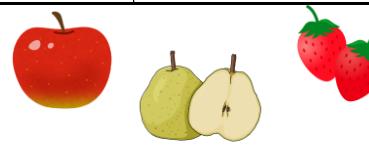
★ 23日 クリスマス会です! おやつは手作りロールケーキです!

★ 26日 年越しうどんが出ます! 来年も健康で過ごせますように☆彡

♪ 今年も一年いっぱい給食を食べててくれてありがとうございました♪

♡一緒に食べたい人がいる子どもに♡

食事をみんなで準備し、一緒に食べて楽しむことで誰かと一緒に食べたいと思う子供に育つといわれています。日々は忙しいですが、この年末年始、一緒に食事が出来る時間が増えるので、大切に過ごしたいですね!



乳児食

エネルギー 456kcal

たんぱく質 18.1 g

脂肪 17.5 g

食塩相当量 1.4 g



幼児食

エネルギー 555kcal

たんぱく質 21.4 g

脂肪 20.2 g

食塩相当量 1.8 g

