

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・ふたひき肉・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・こ 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・えのきたけ・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 <div>お誕生日会</div>	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・青ピーマン・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・チンゲンサイ・
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・ふたば 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)	ヨーグルトスコーン くだもの ぎゅうにゅう	生揚げ・ふたかた・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 むしど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	ふたかた・鶏むね(皮なし)・ ウインナーソーセージ・鶏 卵・チェダーチーズ・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・ふたひき肉・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につけ すましじる(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・切干しだいこん・にんじ ん・生しいたけ・さやいんげん・糸みつ ば・えのきたけ・
9	火	カレードリア はるさめサラダ ココロスープ	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ふたひき肉・普通牛乳・ゴー ダチーズ	精白米・調合油・有塩バ ター・薄力粉・緑豆はるさ 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・ホールのトマ 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	ブレッチェン 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 ②④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・ホールのトマト・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 すましじる(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	ふたかた・焼き竹輪・まぐろ 油漬缶詰・普通牛乳・焼き拔 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・えのきたけ・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	エスカロップ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ どさんこ汁 <div>ご当地料理 北海道</div>	チーズむしケーキ くだもの むぎちゃ	ふたヒレ・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・ブロッコリー・ 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 そえブロッコリー パンプキンポタージュ <div>クリスマス会</div>	ロールケーキ (ココアいちご) ぎゅうにゅう	ふたひき肉・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・ブロッ 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す(12月 りんご ラフランス 苺 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! 来年も健康でござますように☆彡

♪ 今年も一年いっぱい給食を食べてくれてありがとうございました ♪

♡一緒に食べたい人がある子どもに♡

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