

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼食			3時おやつ
			主食	副食献立	材料名	
1	月	ハイハイせん・麦茶	ごはん	豚肉の炒め物・かみかみサラダ・バナナ・さつまいもの味噌汁	米・豚肉・玉葱・大根・人参・いりごま・バナナ・さつまいも・玉葱・しめじ	マンナ・棒チーズ・牛乳
2	火	りんご・麦茶	食パン	鶏肉の照り焼き・和風パスタサラダ・チーズ・コーンスープ	食パン・鶏肉・サラスパ・人参・ハム・チーズ・玉葱・コーン・牛乳・コーンスープもと	ポトフ・麦茶
3	水	ベビーダノン・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・ひじき煮・豆腐のスープ	米・鮭の西京漬け・ひじき・豚肉・人参・竹輪・椎茸・油揚げ・豆腐・玉葱・小松菜	チーズ蒸しパン・牛乳
4	木	チーズ・麦茶	カレーライス	コールスローサラダ・オレンジ	米・豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・赤ちゃん用カレールウ・キャベツ・ハム・コーン・マヨ・スキムミルク・オレンジ	ホットケーキ・牛乳
5	金	マンナ・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・春雨サラダ・トマト・もやしのスープ	米・鶏肉・春雨・ハム・人参・トマト・もやし・ニラ	ドックパン(ウインナー添え)・牛乳
8	月	あんぱんまんビス・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・かぶの昆布和え・りんご・わかめスープ	米・豚肉・かぶ・人参・塩昆布・りんご・わかめ・長葱	ゆでじゃが・牛乳
9	火	バナナ・麦茶	ごはん	肉豆腐・ブロッコリーのおかか和え・煮卵・味噌汁	米・豚肉・豆腐・玉葱・人参・椎茸・ブロッコリー・おかか・うずら卵・大根・油揚げ	マカロニきなこ・牛乳
10	水	ハイハイせん・麦茶	ドックパン	タンドリーチキン・豆サラダ・トマト・白菜のシチュー	ドックパン・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・キャベツ・大豆・人参・チーズ・マヨ・スキムミルク・トマト・白菜・ハム・コーン	いなりごはん・麦茶
11	木	野菜ハイハイせん・麦茶 誕生日会	わかめラーメン	餃子・みかん	ラーメン・豚肉・キャベツ・もやし・人参・コーン・わかめ・豚挽・キャベツ・ニラ・餃子の皮・みかん	ケーキ(バナナ添え)・牛乳
12	金	マンナ・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切干大根煮・味噌汁	米・ホッケ塩だれ・切干大根・人参・さつま揚げ・油揚げ・豆腐・なめこ	食パン・牛乳
13	土	10時:ハイハイせん、麦茶 お昼:焼きそば、ホウレン草の磯和え 3時:バナナ、野菜ハイハイせん、麦茶				
15	月	ハイハイせん・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・キャベツの昆布和え・みかん・味噌汁	米・鶏肉・キャベツ・人参・塩昆布・みかん・玉葱・ニラ	プレーンクッキー・牛乳
16	火	マンナ・麦茶	ごはん	ハンバーグ・三色ナムル・トマト・中華コーンスープ	米・ハンバーグ・もやし・ほうれん草・人参・トマト・玉葱・コーン・卵	フルーツヨーグルト・野菜ハイハイせん・麦茶
17	水	チーズ・麦茶	ごはん	肉団子・パスタサラダ・バナナ・けんちん汁	米・豚挽・鶏挽・パン粉・玉葱・サラスパ・ハム・人参・バナナ・鶏肉・大根・里芋・ごぼう・人参・油揚げ・豆腐	プレーン蒸しパン・牛乳
18	木	あんぱんまんビス・麦茶	ドックパン	グラタン・ツナの和え物・バター・コーン・ほうれん草スープ	ドックパン・マカロニ・玉葱・豚肉・人参・チーズ・キャベツ・もやし・ツナ・人参・コーン・バター・ほうれん草・玉葱	わかめごはん・麦茶
19	金	ベビーダノン・麦茶	ごはん	タラの味噌バター焼き・上州きんぴら・煮豆・かき玉汁	米・タラの味噌バター・ごぼう・鶏肉・人参・椎茸・黄パプリカ・白滝・いりごま・金時豆・玉葱・ナルト・水菜・卵	アップルケーキ・牛乳
20	土	10時:ハイハイせん、麦茶 お昼:ラーメン、ブロッコリーのおかか和え 3時:オレンジゼリー、野菜ハイハイせん、麦茶				
22	月	マンナ・麦茶	ごはん	マーボー豆腐・野菜のごま和え・バナナ・中華スープ	米・豆腐・豚肉・エビ・長葱・ニラ・にんにく・生姜・もやし・人参・いんげん・すりごま・バナナ・玉葱・春雨・コーン・小松菜	りんごゼリー・野菜ハイハイせん・麦茶
23	火	野菜ハイハイせん・麦茶 クリスマス会	カレーピラフ	鶏肉のパン粉焼き・ブロッコリーの炒め物・みかん・ミネストローネ・スープ	米・豚挽・玉葱・人参・鶏肉・パン粉・パセリ・ブロッコリー・ベーコン・コーン・みかん・キャベツ・玉葱・じゃが芋・セロリ・トマト缶	南瓜蒸しパン(いちご添え)・牛乳
24	水	マンナ・麦茶	食パン	肉団子・ツナサラダ・チーズ・南瓜のポタージュ	食パン・肉団子・キャベツ・ツナ・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・チーズ・南瓜・玉葱・牛乳・コーンスープのもと	さくらごはん・麦茶
25	木	バナナ・麦茶	ごはん	ホキの幽庵焼き・炒り豆腐・豚汁	米・ホキ幽庵漬け・豆腐・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・小ねぎ・豚肉・大根・ごぼう・人参・じゃが芋・長葱・油揚げ	食パン・牛乳
26	金	グレープゼリー・麦茶	カレーライス	和風サラダ・りんご	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・赤ちゃん用カレールウ・キャベツ・もやし・人参・かまぼこ・わかめ・りんご	スイートポテト・牛乳
27	土	10時:ハイハイせん、麦茶 お昼:ミートソーススパゲッティ、キャベツの昆布和え 3時:バナナ、野菜ハイハイせん、麦茶				

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



12月平均栄養価

3歳未満児

エネルギー	568kcal	たんぱく質	17.9g	脂質	17.1g
カルシウム	208mg	食塩	2.0g		