

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満	材 料 名	材 料 名	材 料 名	調味料	行事	
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
01月	牛乳、バナナ	ごはん、酢豚、やみつきキャベツ、中華スープ、ネーブル	牛乳、きな粉スコーン、いりこ	514.1(421.2) 20.6(15.8) 16.3(13.5) 1.7(1.3)	半つき米、○薄力粉、片栗粉、○油、○三温糖、油、三温糖、ごま油	○牛乳、豚肉(もも)、○豆乳、○いわし(煮干し)、○きな粉、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、しめじ、コーン(冷凍)、ごま、焼きのり、◎バナナ、オレンジ・ネーブル	しょうゆ、鶏ガラスープの素、酢、ケチャップ、食塩		
02火	牛乳、ハイハイ	彩そぼろ丼、春雨サラダ、大根の味噌汁、バナナ	牛乳、かぼちゃパイ、いりこ	541.6(430.9) 19.6(14.5) 18.4(14.7) 1.4(1.0)	半つき米、○きょうざの皮、はるさめ、○油、○三温糖、三温糖、油、片栗粉	○牛乳、鶏ひき肉、淡色みそ、きゅうり(煮干し)、油揚げ、◎牛乳	○かぼちゃ、バナナ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、だいこん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、こまつな	煮干だし汁、しょうゆ、酢、おろしにんにく		
03水	牛乳、人参スティック	ごはん、豚さつま、大根の酢の物、豆腐の味噌汁、りんご	牛乳、和風スパゲティ、いりこ	529.4(433.8) 24.2(18.4) 16.0(13.9) 1.8(1.4)	半つき米、さつまいも(皮付き)、○スパゲティ、三温糖、油、○油	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、○ツナ油漬缶、淡色みそ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	りんご、だいこん、ブロッコリー、きゅうり、にんじん、たまねぎ、れんこん、○にんじん、○たまねぎ、◎エリンギ、◎菜ねぎ、菜ねぎ、ご	煮干だし汁、しょうゆ、酢、○しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、◎おろしにんにく、◎かつお・昆布だし汁		
04木	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、のり塩チキン、人参サラダ、ワカメスープ、みかん	牛乳、くまフィッシュ、いりこ	524.1(439.9) 21.3(17.9) 15.2(13.5) 1.5(1.1)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、片栗粉、油、○マヨレ(卵×)、三温糖	○牛乳、鶏もも肉、○豆乳、○いわし(煮干し)、◎牛乳	にんじん、みかん、◎バナナ、コーン(冷凍)、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、しょうが、カットわかめ、あおろぎ、◎いちごジャム	酢、しょうゆ、鶏ガラスープの素、食塩、おろしにんにく		
05金	牛乳、ネーブル	りんごパン、かわいいのオーロラソースかけ、ひじきサラダ、ビーフンスープ、柿	牛乳、ツナこんおにぎり、いりこ	483.1(409.7) 22.4(19.1) 15.5(13.0) 1.8(1.4)	りんごブチパン(乳卵×)、○半つき米、マヨネーズ、ビーフン、薄力粉、油	○牛乳、かわい、○ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、◎牛乳	柿、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、○塩こんが、ひじき、◎ごま、◎オレンジ・ネーブル	ケチャップ、鶏ガラスープの素、○しょうゆ、しょうゆ、食塩		
06土					参観日のため給食なし					
08月	牛乳、バナナ	ごはん、ゆかりつくね、ツナきゅうり、なめこのすまし汁、ネーブル	牛乳、さつまいもプリン、いりこ	710.3(593.3) 24.5(18.1) 25.1(22.1) 1.3(0.9)	半つき米、○さつまいも(皮付き)、○三温糖、片栗粉、油、三温糖、マヨレ(卵×)	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、○豆乳、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、◎牛乳	きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、なめこ、菜ねぎ、◎粉かんでん、◎バナナ、オレンジ・ネーブル	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、酢、食塩、しょうゆ		
09火	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、鶏の香味焼き、もやしののり和え、のっぺい汁、みかん	牛乳、ココア麺、いりこ	457.0(385.1) 21.1(16.0) 16.2(13.9) 1.2(0.9)	半つき米、さといも(冷凍)、◎焼ふ、○三温糖、○油、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、○豆乳、○いわし(煮干し)、◎牛乳	もやし、みかん、にんじん、きゅうり、だいこん、しいたけ、白ネギ、焼きのり、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、おろししょうが、食塩、おろしにんにく		
10水	牛乳、人参スティック	ごはん、豆腐チャンプルー、大根サラダ、麺の味噌汁、ネーブル	牛乳、ビザートスト、いりこ	504.5(422.4) 23.9(18.4) 15.4(13.4) 2.0(1.6)	半つき米、○食パン(乳卵×)、焼ふ、三温糖	○牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、卵、淡色みそ、○ペーコン(卵乳×)、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、○チーズ、かつお節、◎牛乳	だいこん、オレンジ・ネーブル、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、◎たまねぎ、しめじ、◎コーン(冷凍)、ごま、ひじき、◎にんじん	煮干だし汁、◎ケチャップ、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、◎かつお・昆布だし汁		
11木	牛乳、クラッカーサンド	ごはん、さばのみそ焼き、肉団子の冬野菜鍋、さつまいもの煮物、バナナ	牛乳、バナナブルケーキ、いりこ	647.2(543.7) 28.9(23.7) 21.3(19.3) 1.7(1.3)	半つき米、さつまいも(皮付き)、○薄力粉、○三温糖、三温糖、◎マヨレ(卵×)、油、片栗粉	○牛乳、さば、鶏ひき肉、木綿豆腐、○豆乳、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	バナナ、はくさい、だいこん、○パイン缶、ほうれんそう、白ネギ、にんじん、ごぼう、しいたけ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、しょうゆ、酒、食塩	絵本メニュー	
12金	牛乳、ネーブル	黒糖パン、クリームシチュー、スパニッシュオムレツ、キャベツの梅サラダ、柿	牛乳、菜飯おにぎり、いりこ	534.9(443.6) 25.9(19.9) 18.5(15.4) 1.9(1.4)	黒糖パン(乳卵×)、○半つき米、じゃがいも、薄力粉、油、三温糖	○牛乳、豆乳、卵、鶏もも肉、鶏ひき肉、プロック(煮干し)、○かつお節、◎牛乳	柿、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、ブロッコリー、◎こまつな、赤ピーマン、ピーマン、しめじ、コーン(冷凍)、梅肉ソース、◎ご	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、○食塩、食塩		
13土	牛乳、ハイハイ	チンジャオウ春雨丼、豆腐スープ、バナナ	牛乳、かぼちゃロール	513.5(447.4) 18.7(16.2) 16.9(15.1) 1.5(1.2)	半つき米、○かぼちゃロール(乳卵×)、はるさめ、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、菜ねぎ、カットわかめ	鶏ガラスープの素、しょうゆ、おろしにんにく		
15月	牛乳、バナナ	ごはん、鶏のレモン焼き、マカロニサラダ、ポパイスープ、みかん	牛乳、ポッキー風クッキー、いりこ	552.0(445.3) 21.8(16.3) 20.8(16.6) 1.7(1.1)	半つき米、○薄力粉、マカロニ、○油、○三温糖、マヨレ(卵×)、油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ロースハム(卵乳×)、○豆乳、○いわし(煮干し)、◎牛乳	みかん、にんじん、ブロッコリー、ほうれんそう、たまねぎ、レモン果汁、コーン(冷凍)、◎バナナ	しょうゆ、みりん、酒、食塩、○食塩		
16火	牛乳、ハイハイ	ごはん、赤魚の照り焼き、白菜の昆布和え、おでん、ネーブル	牛乳、みそ蒸しパン、いりこ	521.8(406.6) 24.0(17.8) 15.7(12.4) 1.8(1.4)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、○油、油、砂糖	○牛乳、あかうお、生揚げ、○豆乳、ちくわ、○いわし(煮干し)、○あまみそ、◎牛乳	はくさい、オレンジ・ネーブル、だいこん、にんじん、きゅうり、塩こんが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩		
17水	牛乳、人参スティック	ジャージャー麺、切り干し大根のサラダ、ワンタン風スープ、りんご	牛乳、チヂミ、いりこ	472.8(377.5) 22.4(16.5) 16.7(13.7) 2.3(1.8)	冷凍ラーメン、○薄力粉、○片栗粉、三温糖、しゅうまいの皮、ごま油、◎ごま油、片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、○ツナ油漬缶、ちくわ、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	りんご、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、◎たまねぎ、切り干しだいこん、◎にんじん、◎にんじん、しいたけ、白ネギ、菜ねぎ、◎にんじん	酢、鶏ガラスープの素、しょうゆ(うすくち)、○しょうゆ、○酢、しょうゆ、おろしにんにく、◎鶏ガラスープの素、食塩、◎かつお・昆布だし汁		
18木	牛乳、ネーブル	ごはん、鶏と大根の煮物、納豆和え、油揚げの味噌汁、バナナ	牛乳、あんどうナツ、いりこ	516.8(434.3) 25.4(18.3) 16.8(13.9) 1.6(1.1)	半つき米、○薄力粉、○油、○三温糖、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、挽きわり納豆、◎絹ごし豆腐、◎こしあん(生)、淡色みそ、油揚げ、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	バナナ、キャベツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、しめじ、ごぼう、えのきたけ、グリンピース(冷凍)、◎オレンジ・ネーブル	煮干だし汁、しょうゆ、みりん		
19金	牛乳、クラッカーサンド	米粉パン、ミートローフ、りんごサラダ、冬野菜のポトフ、みかん	牛乳、梅ツナおにぎり、いりこ	600.7(494.5) 27.8(21.1) 25.1(20.5) 1.9(1.5)	米粉ロール(乳卵×)、○半つき米、パン粉、マヨレ(卵×)、三温糖、油	○牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳、○ツナ油漬缶、ウィンナー(卵乳×)、○いわし(煮干し)、◎牛乳	みかん、キャベツ、かぶ、たまねぎ、きゅうり、りんご、にんじん、しめじ、コーン(冷凍)、グリンピース(冷凍)、かぶ・菜、◎梅肉ソース、◎	ケチャップ、中濃ソース、○しょうゆ、食塩		
20土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ミートスパゲッティ、キャベツスープ、バナナ	牛乳、黒糖パン	435.2(428.9) 17.6(16.1) 14.6(14.2) 1.7(1.5)	◎黒糖パン(乳卵×)、スパゲティ、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、トマトピューレ、えのきたけ、グリンピース(冷凍)、◎いちごジャム	ケチャップ、中濃ソース、食塩		
22月	牛乳、ハイハイ	ごはん、レバーと南瓜のケチャップ揚げ、大根のおかゆ和え、白菜のすまし汁、バナナ	牛乳、みかん蒸しパン、いりこ	545.1(427.4) 21.3(15.4) 15.1(12.7) 1.4(1.0)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、油、片栗粉、三温糖、○油	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉(皮付き)、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	だいこん、バナナ、かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、◎オレンジジュース、◎みかん缶、にんじん、きゅうり、ピーマン、えのきたけ、カット	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、しょうゆ(うすくち)、食塩		
23火	牛乳、バナナ	チキントマトカレー、コールスローサラダ、ネーブル	牛乳、ポテトクッキー、いりこ	562.2(438.5) 19.2(14.0) 18.5(14.8) 1.7(1.1)	半つき米、○薄力粉、○じゃがいも、○油、マヨレ(卵×)、油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ロースハム(卵乳×)、○いわし(煮干し)、○豆乳、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、カットトマト、たまねぎ、きゅうり、◎バナナ	カレーの王子さま、ケチャップ、中濃ソース、酢、食塩、○パセリ粉		
24水	牛乳、人参スティック	ごはん、厚揚げの中華煮、ナムル、春雨スープ、ネーブル	牛乳、雪だるまおにぎり、いりこ	547.9(424.9) 21.1(16.5) 13.5(11.3) 1.7(1.2)	半つき米、○半つき米、はるさめ、三温糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、生揚げ、鶏ひき肉、○いわし(煮干し)、◎牛乳	もやし、オレンジ・ネーブル、にんじん、はくさい、ほうれんそう、エリンギ、しめじ、にら、コーン(冷凍)、○きゅうり、◎焼きのり、◎にんじん	しょうゆ、鶏ガラスープの素、○食塩、◎かつお・昆布だし汁		
25木	牛乳、ビスケットのジャムのせ	トナカイライス、フライドチキン、ツリーサラダ、コーンクリームスープ、みかん	牛乳、クリスマスケーキ、いりこ	676.8(551.5) 24.2(20.2) 23.0(19.1) 2.5(1.9)	半つき米、じゃがいも、○薄力粉、○三温糖、片栗粉、油、マヨネーズ、○米粉、薄力粉、○油、三温糖	○牛乳、豆乳、鶏もも肉、○いわし(煮干し)、◎牛乳	みかん、みかん、クリームコーン缶、にんじん、ブロッコリー、赤ピーマン、◎いちご、しめじ、◎いちごジャム、れんこん、干しぶどう、	ケチャップ、○みりん、しょうゆ、おろしにんにく、○食塩、カレー粉、食塩、パセリ粉	クリスマス会	

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	材 料 名			行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの 調味料	
26 金	牛乳、ノーブル	黒糖パン、鮭のコーンフレーク 焼き、キャベツサラダ、オニオン スープ、りんご	牛乳、年越しう どん、いりこ	464.1(378.1) 25.2(18.8) 15.1(12.6) 3.2(2.2)	黒糖パン(乳卵×)、○薄力 粉、○強力粉、コーンフレー ク、油、三温糖、マヨドレ(卵 ×)	○牛乳、さけ、○鶏もも肉 (皮付き)、○いわし(煮干 し)、◎牛乳	りんご、キャベツ、たまねぎ、 ○かつお・昆布だし汁、○ ブロッコリー、きゅうり、にん しょうゆ、酢、○みりん、ケ じん、○にんじん、エリンギ、 ○葉ねぎ、コーン(冷凍)、 ○焼きのり、◎オレシジ、 チャップ、○食塩、しょうゆ (うすくち)、食塩	誕生会
27 土	牛乳、クラッカー サンド	ずき焼き丼、大根の味噌汁、パ ナナ	牛乳、りんごパ ン	495.3(452.2) 18.3(15.9) 14.0(12.9) 1.4(1.2)	半つき米、○りんごブチパン (乳卵×)、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、淡色み そ、油揚げ、◎牛乳	バナナ、はくさい、だいご ん、たまねぎ、にんじん、し いたけ、しめじ、◎いちご ジャム	
29 月	お茶・麦茶、ハ イハイ	希望保育のためお弁当	お茶・麦茶、か ぼちゃボーロ	34.1(37.0) 0.0(0.1) 0.0(0.0) 0.0(0.0)				