

月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	495Kcal/20.8g/11.4g 402Kcal/22.2g/11.8g	508Kcal/25.1g/12.9g 397Kcal/23.4g/13.4g	471Kcal/15.8g/15.2g 409Kcal/16.7g/19.4g	479Kcal/18.3g/11.1g 400Kcal/19.6g/14.8g	494Kcal/16.7g/16.4g 403Kcal/17.2g/18.1g
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ ツナごはん	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	ぎゅうにゅう
昼食	むぎごはん さけのチャンチャンやき かぼちゃのいどこに カリフラワーのスープ みかん むぎちゃ もちピザ	むぎごはん まぐろのてりやき さつまいもサラダ キャベツのみそしる バナナ むぎちゃ きなこぼろ	おこさませんべい むぎちゃ スコーン りんご むぎちゃ こめこかぼちゃケーキ	おこさませんべい むぎちゃ さけのみみあげ みそきゅうり こんぶのつくだに とうにゅうけんちんじる みかん むぎちゃ メープルきなこトースト	むぎごはん にくみそどうふ カレーあじこふきいも たまねぎのみそしる バナナ むぎちゃ かぶきあげ
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	487Kcal/19.5g/13.3g 390Kcal/20.7g/14.5g	476Kcal/16.2g/14.0g 396Kcal/17.7g/17.8g	484Kcal/21.1g/13.3g 392Kcal/19.8g/14.3g	474Kcal/16.7g/15.5g 406Kcal/17.9g/19.7g	483Kcal/17.4g/14.4g 390Kcal/17.8g/16.4g
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
昼食	むぎごはん ぶたにくのあまからやき れんこんサラダ きのこじる りんご むぎちゃ おからがんとつき	おこさませんべい むぎごはん むぎごはん たらのかぶおろしかけ すきこんぶのもの じゃがいものみそしる バナナ むぎちゃ セサミクッキー	むぎごはん さけのおやき えのきとこんにやくのサラダ こまつなのみそしる みかん むぎちゃ ほしいも	むぎごはん スコッチエッグ ふるふきだいこん ほうれんそうのみそしる りんご むぎちゃ さんりくせんべい	むぎごはん たまごほうれんそうのグラタン きりぼしだいこんのもの ニラのみそしる みかん むぎちゃ キャロットむしケーキ
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	476Kcal/17.1g/13.8g 385Kcal/17.5g/15.6g	468Kcal/17.4g/15.2g 401Kcal/18.5g/18.0g	479Kcal/13.5g/10.5g 419Kcal/15.8g/15.2g	500Kcal/20.2g/12.7g 399Kcal/21.0g/13.2g	494Kcal/16.4g/13.0g 417Kcal/17.7g/17.5g
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	バナナ	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
昼食	むぎごはん こおりどうふのオランダに ほうれんそうのちくわあえ かぶのみそしる りんご むぎちゃ パンプキンボール	むぎごはん しんじゆむし こうはくなます もやしのみそしる みかん むぎちゃ フライビーンズ	むぎごはん カレー キャベツのゆかりあえ ミニトマト わかめスープ ヨーグルト むぎちゃ はいがクッキー プルーン	むぎごはん ぶたレバーのあまからに カリフラワーのごまあえ だんごじる バナナ むぎちゃ みそむしぼん	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん たらフライ タルタルソースかけ ゆずだいこん れんこんスープ みかん むぎちゃ ホットケーキ
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	483Kcal/17.0g/7.8g 389Kcal/17.6g/9.5g	500Kcal/19.9g/16.4g 382Kcal/18.6g/17.6g	482Kcal/14.4g/16.3g 404Kcal/14.3g/19.4g	603Kcal/20.1g/22.5g 639Kcal/19.1g/20.3g	473Kcal/20.2g/10.5g 392Kcal/21.6g/14.7g
未満児 午前おやつ 未満児主食	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
昼食	むぎごはん ぶたにくとだいずのかきあげ かぼちゃのあまに なっとう はくさいじる みかん むぎちゃ しらすこはんにぎり	むぎごはん あかうおのにつけ ゴマネーズあえ だいこんじる バナナ むぎちゃ おやつほるまき	むぎごはん カレーにくじゃが ブロッコリーのチーズフリッター かぶのみそしる りんご むぎちゃ かぼちゃポーロ	おこさませんべい むぎちゃ トマトピラフ クリスピーチキン ツリーサラダ はくさいスープ みかんゼリー むぎちゃ サンタタルト	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん まぐろのしょうがやき きんぴらごぼう ねぎとあぶらあげのみそしる げんきヨーグルト むぎちゃ やさいドーナツ
午後 おやつ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	223Kcal/7.0g/7.6g 223Kcal/7.0g/7.6g	12月29日~1月3日は年末年始のお休みです ※年明けの給食について 1月4日(月) 手作り弁当日 1月5日(火) 手作り弁当日 6日(水) ~ 通常給食 (食材の都合により) よろしくお願ひいたします		冬至(とうじ): 今年(今年)は21日(月)です! この日は最も昼の時間が短い日。冬至の食べものとい えば、「かぼちゃ」! 保育園ではシンプルに南瓜の甘煮 にして食べます。 南瓜は栄養豊富な緑黄色野菜です。新鮮な野菜が少な くなる時期、これからの冬を乗り切るためにも冬至とい う節目の日にかぼちゃを味わって栄養をつけようとい う先人の知恵のようです。	今年もありがとう ございました。 よいお年を お迎えください。
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう	クッキング(すみれ)		おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
昼食	むぎごはん ぶたにくとだいずのかきあげ かぼちゃのあまに なっとう はくさいじる みかん むぎちゃ しらすこはんにぎり	むぎごはん あかうおのにつけ ゴマネーズあえ だいこんじる バナナ むぎちゃ おやつほるまき	むぎごはん カレーにくじゃが ブロッコリーのチーズフリッター かぶのみそしる りんご むぎちゃ かぼちゃポーロ	おこさませんべい むぎちゃ トマトピラフ クリスピーチキン ツリーサラダ はくさいスープ みかんゼリー むぎちゃ サンタタルト	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん まぐろのしょうがやき きんぴらごぼう ねぎとあぶらあげのみそしる げんきヨーグルト むぎちゃ やさいドーナツ
午後 おやつ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂	223Kcal/7.0g/7.6g 223Kcal/7.0g/7.6g	12月29日~1月3日は年末年始のお休みです ※年明けの給食について 1月4日(月) 手作り弁当日 1月5日(火) 手作り弁当日 6日(水) ~ 通常給食 (食材の都合により) よろしくお願ひいたします		冬至(とうじ): 今年(今年)は21日(月)です! この日は最も昼の時間が短い日。冬至の食べものとい えば、「かぼちゃ」! 保育園ではシンプルに南瓜の甘煮 にして食べます。 南瓜は栄養豊富な緑黄色野菜です。新鮮な野菜が少な くなる時期、これからの冬を乗り切るためにも冬至とい う節目の日にかぼちゃを味わって栄養をつけようとい う先人の知恵のようです。	今年もありがとう ございました。 よいお年を お迎えください。
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう	クッキング(すみれ)		おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん
昼食	むぎごはん ぶたにくとだいずのかきあげ かぼちゃのあまに なっとう はくさいじる みかん むぎちゃ しらすこはんにぎり	むぎごはん あかうおのにつけ ゴマネーズあえ だいこんじる バナナ むぎちゃ おやつほるまき	むぎごはん カレーにくじゃが ブロッコリーのチーズフリッター かぶのみそしる りんご むぎちゃ かぼちゃポーロ	おこさませんべい むぎちゃ トマトピラフ クリスピーチキン ツリーサラダ はくさいスープ みかんゼリー むぎちゃ サンタタルト	おこさませんべい むぎちゃ むぎごはん まぐろのしょうがやき きんぴらごぼう ねぎとあぶらあげのみそしる げんきヨーグルト むぎちゃ やさいドーナツ
午後 おやつ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ	むぎちゃ