



日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
2	月	牛乳 果物		八宝菜 ひじき炒め煮	豚肉・牛乳・すり身 卵	糸コンニャク・片栗粉 南関あげ・小麦粉 ごま油・バター	玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜 ひじき・きくらげ・干し椎茸	牛乳 手作り マドレーヌ	
3	火	牛乳 ハーベスト	体操教室 行事主任会議	クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳 スキムミルク・きな粉 絹厚揚げ・花かつお	じゃがいも・小麦粉 片栗粉・バター・黒砂糖 砂糖	玉ねぎ・人参・コーン缶・しめじ ブロッコリー	麦茶 牛乳もち	
4	水	牛乳 クラッカー	リハーサル全体	麻婆豆腐 ミモザサラダ 果物	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・豆腐・赤味噌 卵・ちりめんじゃこ	片栗粉・ごま油・砂糖 ミックス粉・小麦粉	人参・玉ねぎ・トマト・ワカメ なす・ニラ・干し椎茸・きゅうり ニンニク・生姜・りんご・小豆	牛乳 手作り どらやき	
5	木	牛乳 せんべい		魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ 豆腐・いりこ・味噌 プロセスチーズ	砂糖・ミックス粉 マヨネーズ・油揚げ いりごま・練りごま	キャベツ・きゅうり・人参・玉ねぎ ほうれん草・エノキ・もやし・小ねぎ ワカメ	牛乳 人参チーズと 蒸しパン	
6	金	牛乳 ビスケット	英語教室	野菜の味噌炒め ココロサラダ	豚肉・牛乳・味噌 チーズ・生クリーム	マヨネーズ・じゃがいも 砂糖	キャベツ・きゅうり・ピーマン 玉ねぎ・人参・なす・レーズン しめじ・オレンジジュース・生姜	牛乳 オレンジゼリー	
7	土		発表会 未満児	発表会		小麦粉・バター 砂糖		手作り クッキー	
9	月	牛乳 クラッカー		豚肉の生姜焼き 野菜炒め 玉ねぎのみそ汁	豚肉・牛乳・豆腐 牛乳・いりこ・味噌 ヨーグルト	春雨・片栗粉 油揚げ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ニラ ピーマン・小松菜・生姜・エノキ 白菜・小ねぎ・りんご・バナナ	麦茶 フルーツ ヨーグルト	
10	火	牛乳 果物		おでん風煮 小松菜のおかか和え	鶏手羽元・牛乳 天平・絹厚揚げ 花かつお	里芋・砂糖 さつまいも・黒砂糖	大根・人参・だし昆布・小松菜 キャベツ・もやし・きゅうり	牛乳 大学いも	
11	水	牛乳 せんべい		タイピーエン 切干大根の炒め煮 果物	豚肉・卵 牛乳・ちりめんじゃこ	春雨・南関揚げ 砂糖・片栗粉・ごま油 サンド用食パン	白菜・玉ねぎ・人参・きくらげ 切干大根・干し椎茸 みかん・イチゴジャム	牛乳 ジャムサンド	
12	木	牛乳 ビスケット		すき焼き風煮 グリーンサラダ	牛肉・焼き豆腐・牛乳 卵	糸コンニャク・小麦粉 バター・マヨネーズ 胡麻ドレッシング	白菜・玉ねぎ・人参・レタス エノキ・ネギ・きゅうり・コーン缶 トマト・りんご	牛乳 手作り りんごケーキ	
13	金	牛乳 チーズ	英語教室	びっくりうきうきカレー フレンチサラダ	豚肉・牛乳 スキムミルク	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル	玉ねぎ・人参・南瓜・蓮根・しめじ キャベツ・きゅうり・コーン缶・なす ブロッコリー・レーズン・金時豆	牛乳 煮豆	
14	土		発表会 以上児	発表会		小麦粉・バター 砂糖		手作り クッキー	
16	月	牛乳 ハーベスト		炒り豆腐 海草サラダ 果物	鶏肉・牛乳・豆腐 かまぼこ	さつまいも・砂糖 ミックス粉・小麦粉 マーガリン	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・ワカメ トマト・きゅうり・りんご	牛乳 芋まんじゅう	
17	火	牛乳 果物	体操教室	高野豆腐のココロ煮 野菜のツナ和え	高野豆腐・牛乳 鶏肉・天平・ツナ缶 おから・卵	じゃがいも・砂糖 ミックス粉・黒ごま	玉ねぎ・人参・いんげん キャベツ・きゅうり・小松菜	牛乳 おからドーナツ	
18	水	牛乳 ビスケット	交通指導 もちつき準備	魚のフライタルソースかけ 付け合わせ コンソメスープ	魚・牛乳・ヨーグルト 卵・チーズ	マヨネーズ・小麦粉 パン粉・マーガリン じゃがいも・片栗粉	キャベツ・きゅうり・トマト・白菜 人参・玉ねぎ・エノキ・コーン缶	牛乳 じゃがいも もち	
19	木	牛乳 クラッカー	もちつき 移動図書 消毒	豚汁 れんこんのきんぴら	豚肉・牛乳・絹厚揚げ 味噌	里芋・砂糖・糸コンニャク バター・マシュマロ フルグラ・コーンフレーク	ごぼう・人参・玉ねぎ・大根 レンコン・ねぎ・白菜	牛乳 マシュマロバー	
20	金	牛乳 せんべい	英語教室	ウインナーのキッシュ マカロニサラダ 白菜のみそ汁	ウインナー・牛乳 卵・豆腐・チーズ いりこ・味噌・生クリーム	砂糖・小麦粉 マカロニ・油揚げ マヨネーズ	生椎茸又はエリンギ・ピーマン 人参・玉ねぎ・エノキ・白菜・小ねぎ きゅうり・キャベツ・レーズン	牛乳 手作り 丸ポーロ	
21	土	牛乳 乾パン		焼きそば きゅうりの即席漬け	豚肉・牛乳 ヨーグルト	焼きそば麺・砂糖 クラッカー	キャベツ・きゅうり・人参 ピーマン・玉ねぎ・もやし	ヨーグルト クラッカー	
23	月	牛乳 ビスケット		ポークハヤシライス マロニーの酢の物	豚肉・牛乳 プロセスチーズ	マロニー・じゃがいも 白玉粉・ミックス粉 砂糖・黒ごま	玉ねぎ・人参・しめじ・なす きゅうり・キャベツ・レーズン	牛乳 もちもち チーズパン	
24	火	牛乳 ギンビス アスパラガス	避難訓練	魚の西京焼き スパゲッティサラダ かきたま汁	魚・牛乳・米味噌 卵・ツナ缶	米・砂糖・片栗粉 スパゲッティ麺 マヨネーズ	きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ・エノキ・小ねぎ	麦茶 おにぎり	
25	水	牛乳 せんべい	クリスマス誕生会 検便	クリスマスプレート トナカイハンバーグ ポテトサラダ、スープ、カップゼリー	牛ひき肉・豚ひき肉 牛乳・卵・生クリーム プロセスチーズ	マヨネーズ・小麦粉 じゃがいも・砂糖 米・パン粉・バター	人参・玉ねぎ・きゅうり・コーン缶 蓮根・クリームコーン缶・いちご ブロッコリー・いちご	牛乳 クッキング クリスマスケーキ	
26	木	牛乳 ハーベスト		うきうき肉じゃが きゅうりのごま酢和え	豚肉・天平・牛乳 カニかま	じゃがいも・いりごま 砂糖・糸コンニャク さつまいも	玉ねぎ・人参・いんげん きゅうり・キャベツ	牛乳 ふかしいも	
27	金	牛乳 クラッカー		栄養金平 キャベツとロースハムのごまサラダ	牛乳・豚肉・天平 ロースハム	糸コンニャク・砂糖 マヨネーズ・いりごま	人参・ごぼう・蓮根・切干大根 いんげん・キャベツ・バナナ	牛乳 せんべい 果物	
28	土	牛乳 白い風船	保育納め	煮込みうどん トマトサラダ	鶏肉・牛乳	冷凍うどん麺・油あげ 砂糖・カステラ	白菜・玉ねぎ・人参・ワカメ 干し椎茸・ねぎ・きゅうり トマト	牛乳 カステラ	

物資購入の都合により献立が変更になることがあります。

