

日	曜日	午前食+ミルク (10時~11時)	食 材				2時30分 ~3時頃
			血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
12 26	月	1.0倍粥 豆腐の野菜煮 清汁	豆腐	米 片栗粉	人参.キャベツ 青菜.玉葱	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
13 27	火	1.0倍粥 魚と野菜のやわらか煮 みそ汁	魚 みそ	米 片栗粉 玉ふ	人参.玉葱 青菜	かつお節.醤油 かつお節	ミルク
14 28	水	煮込みうどん 野菜煮		干しうどん 片栗粉	玉葱.人参.青菜 キャベツ.ブロッコリー	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
1.15 29	木	1.0倍粥 じゃが芋の煮物 みそ汁	みそ	米 じゃが芋.三温糖.片栗粉	玉葱.人参 大根.葉葱	かつお節.醤油 かつお節	ミルク
2.16 30	金	パン粥 野菜のやわらか煮 野菜スープ	粉ミルク	食パン 片栗粉 じゃが芋	胡瓜.キャベツ.トマト 玉葱.人参	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
17	土	みそ煮込みうどん かぼちゃの甘煮	みそ	干しうどん 三温糖.片栗粉	人参.青菜 南瓜.玉葱	かつお節 かつお節.醤油	ミルク
5 19	月	1.0倍粥 魚の野菜煮 野菜スープ	魚	米 白砂糖.片栗粉 じゃが芋	玉葱.胡瓜 人参.青菜	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
6	火	1.0倍粥 野菜の煮物 清汁		米 片栗粉	玉葱.白菜.胡瓜 パプリカ.人参	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
7 21	水	煮込みうどん 野菜のトマト煮		干しうどん 片栗粉	人参.葱.青菜 玉葱.胡瓜.トマト	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
8 22	木	1.0倍粥 豆腐と野菜のやわらか煮 清汁	豆腐	米 片栗粉	青菜.人参 大根.葉葱	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
9	金	パン粥 野菜のトマト煮 野菜スープ	粉ミルク	食パン 片栗粉	玉葱.ブロッコリー.トマト.ピーマン キャベツ.人参	かつお節.醤油 かつお節.醤油	ミルク
10 24	土	1.0倍粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	豆腐 みそ	米 片栗粉 さつま芋	人参.玉葱 葱	かつお節.醤油 かつお節	ミルク

献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

日	曜日	午前食+ミルク(10時~11時)		食 材				
		午後食+ミルク(2時半~3時頃)		血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
12月	26	7倍粥	果物	豆腐	米 片栗粉	人参、キャベツ 青菜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		豆腐の野菜煮						
13月	27	清汁	果物	わかめ	米 白砂糖、片栗粉	葱 人参、青菜	果物	かつお節、醤油
		わかめぞうすい						
14月	28	豚肉の野菜煮	果物	鶏ひき肉	干しうどん 片栗粉	人参、玉葱 青菜	果物	かつお節、醤油
		魚						
15月	29	みそ汁	果物	みそ	米 じゃが芋、三温糖、片栗粉	人参、玉葱 大根、葉葱	果物	かつお節、醤油
		魚と野菜のやわらか煮						
16月	30	青菜ぞうすい	果物	鶏ひき肉	食パン	人参、玉葱	果物	かつお節、醤油
		麩と野菜の煮物						
17月	1	煮込みうどん	果物	鶏ひき肉	干しうどん 片栗粉	人参、玉葱 白菜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		野菜のそぼろ煮						
18月	2	人参ぞうすい	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参	果物	かつお節、醤油
		鶏肉の野菜煮						
19月	3	7倍粥	果物	魚	米 白砂糖、片栗粉	人参、玉葱 青菜	果物	かつお節、醤油
		肉じゃが						
20月	4	みそ汁	果物	みそ	米 じゃが芋、三温糖、片栗粉	人参、玉葱 大根、葉葱	果物	かつお節、醤油
		パン粥						
21月	5	肉団子スープ	果物	豚ひき肉	食パン	人参、大根、いんげん	果物	かつお節、醤油
		パン粥						
22月	6	鶏と野菜のやわらか煮	果物	鶏ひき肉	食パン 片栗粉	胡瓜、キャベツ、トマト 玉葱、人参	果物	かつお節、醤油
		野菜スープ						
23月	7	のりぞうすい	果物	刻みのり	米 玉ふ、片栗粉	人参、玉葱	果物	かつお節、醤油
		キャベツのふわふわ煮						
24月	8	みそ煮込みうどん	果物	みそ	干しうどん 三温糖、片栗粉	人参、青菜 南瓜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		かぼちゃのそぼろ煮						
25月	9	鶏そぼろぞうすい	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参、青菜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		野菜煮						
26月	10	7倍粥	果物	魚	米 白砂糖、片栗粉	人参、玉葱 胡瓜	果物	かつお節、醤油
		魚の野菜煮						
27月	11	野菜スープ	果物	鶏ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	人参、玉葱 青菜	果物	かつお節、醤油
		野菜ぞうすい						
28月	12	鶏と野菜の煮物	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参、白菜、胡瓜 ブロッコリー、人参	果物	かつお節、醤油
		豚と野菜の煮物						
29月	13	清汁	果物	豚ひき肉	粉ミルク	人参	果物	かつお節、醤油
		パン粥						
30月	14	肉野菜スープ	果物	鶏ひき肉	食パン	白菜、人参	果物	かつお節、醤油
		煮込みうどん						
11月	15	豚と野菜のトマト煮	果物	豚ひき肉	干しうどん 片栗粉	人参、葱、青菜 玉葱、胡瓜、トマト	果物	かつお節、醤油
		ひじきぞうすい						
12月	16	肉団子と二色野菜煮	果物	豚ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	葱 人参、青菜	果物	かつお節、醤油
		7倍粥						
13月	17	豆腐と野菜のやわらか煮	果物	豆腐	米 片栗粉	青菜、人参 大根、葉葱	果物	かつお節、醤油
		清汁						
14月	18	おかかぞうすい	果物	系けずり節	米 さつま芋、白砂糖、片栗粉	葱 人参	果物	かつお節、醤油
		さつま芋のそぼろ煮						
15月	19	パン粥	果物	鶏ひき肉	食パン 片栗粉	人参、玉葱、トマト、ブロッコリー 人参	果物	かつお節、醤油
		鶏と野菜のトマト煮						
16月	20	野菜スープ	果物	鶏卵(卵黄)	米 片栗粉	葱 玉葱、人参、もやし	果物	かつお節、醤油
		卵ぞうすい						
17月	21	野菜煮	果物	豆腐	米 片栗粉	人参、玉葱	果物	かつお節、醤油
		7倍粥						
18月	22	豆腐と野菜の煮物	果物	みそ	米 さつま芋	葱	果物	かつお節、醤油
		みそ汁						
19月	23	さつま芋ぞうすい	果物	豚ひき肉	米、さつま芋 片栗粉	かぶ、人参	果物	かつお節、醤油
		かぶのそぼろ煮						
20月	24	7倍粥	果物	豚ひき肉	米 片栗粉	人参、玉葱 白菜、胡瓜	果物	かつお節、醤油
		豚と野菜の煮物						
21月	25	清汁	果物	系けずり節	米	人参、小松菜	果物	かつお節、醤油
		おかか粥7倍						
22月	26	おかか粥7倍	果物	鶏ひき肉、みそ	白砂糖、片栗粉	人参	果物	かつお節
		鶏肉と野菜のみそ煮						

今月の使用予定果物：みかん・りんご・巨峰（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

日	曜日	午前食+ミルク(10時~11時)		食 材				
		午後食+ミルク(2時半~3時頃)		血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくなるもの (緑)	調味料等	
12月	26	5倍粥	果物	豆腐	米 片栗粉	人参、キャベツ 青菜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		清汁						
13月	27	わかめぞうすい	果物	豚ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	人参、青菜	果物	かつお節、醤油
		豚肉の野菜煮						
14月	28	5倍粥	果物	魚	米 片栗粉	人参、玉葱 青菜	果物	かつお節、醤油
		魚と野菜のやわらか煮						
15月	29	みそ汁	果物	鶏ひき肉	干しうどん 片栗粉	人参、玉葱、青菜 キャベツ、ブロッコリー	果物	かつお節、醤油
		青菜ぞうすい						
20日	30	麩と野菜の煮物	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参	果物	かつお節、醤油
		煮込みうどん						
11月	15	5倍粥	果物	豚ひき肉	米 じゃが芋、三温糖、片栗粉	人参、玉葱 大根、葉葱	果物	かつお節、醤油
		肉じゃが						
11月	16	みそ汁	果物	豚ひき肉	食パン、バター	人参	果物	かつお節、醤油
		トースト						
11月	17	肉団子スープ	果物	鶏ひき肉	米 玉ふ、片栗粉	人参	果物	かつお節、醤油
		トースト						
11月	19	鶏と野菜のやわらか煮	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参、青菜 南瓜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		野菜スープ						
11月	20	のりぞうすい	果物	鶏ひき肉	三温糖、片栗粉	南瓜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		キャベツのふわふわ煮						
11月	21	みそ煮込みうどん	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参、玉葱	果物	かつお節、醤油
		かぼちゃのそぼろ煮						
11月	22	鶏そぼろぞうすい	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参、青菜、玉葱	果物	かつお節、醤油
		野菜煮						
11月	23	5倍粥	果物	魚	米 白砂糖、片栗粉	玉葱、胡瓜 人参、青菜	果物	かつお節、醤油
		魚の野菜煮						
11月	24	野菜スープ	果物	鶏ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	玉葱、青菜 胡瓜、人参	果物	かつお節、醤油
		野菜ぞうすい						
11月	25	鶏と野菜の煮物	果物	豚ひき肉	米 片栗粉	人参、白菜、胡瓜 ブロッコリー、人参	果物	かつお節、醤油
		清汁						
11月	26	トースト	果物	鶏ひき肉	食パン、バター	白菜、人参	果物	かつお節、醤油
		肉野菜スープ						
11月	27	煮込みうどん	果物	豚ひき肉	干しうどん 片栗粉	人参、葱、青菜 玉葱、胡瓜、トマト	果物	かつお節、醤油
		豚と野菜のトマト煮						
11月	28	ひじきぞうすい	果物	豚ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	人参、青菜	果物	かつお節、醤油
		肉団子と二色野菜煮						
11月	29	5倍粥	果物	豆腐	米 片栗粉	青菜、人参 大根、葉葱	果物	かつお節、醤油
		豆腐と野菜のやわらか煮						
11月	30	清汁	果物	鶏ひき肉	米 さつま芋、白砂糖、片栗粉	葱 人参	果物	かつお節、醤油
		おかかぞうすい						
12月	1	さつま芋のそぼろ煮	果物	鶏ひき肉	米 片栗粉	葱 玉葱、キャベツ、もやし	果物	かつお節、醤油
		トースト						
12月	2	鶏と野菜のトマト煮	果物	鶏ひき肉	食パン、バター 片栗粉	人参、葱、青菜 玉葱、胡瓜、トマト	果物	かつお節、醤油
		野菜スープ						
12月	3	卵ぞうすい	果物	鶏卵(卵黄)	米 片栗粉	葱 玉葱、キャベツ、もやし	果物	かつお節、醤油
		野菜煮						
12月	4	5倍粥	果物	豆腐	米 片栗粉	人参、玉葱	果物	かつお節、醤油
		豆腐と野菜の煮物						
12月	5	みそ汁	果物	豚ひき肉	米、さつま芋 片栗粉	かぶ、人参	果物	かつお節、醤油
		さつま芋ぞうすい						
12月	6	かぶのそぼろ煮	果物	豚ひき肉	米 片栗粉	かぶ、人参	果物	かつお節、醤油
		5倍粥						
12月	7	豚と野菜の煮物	果物	豚ひき肉	米 片栗粉	玉葱、白菜、胡瓜 ブロッコリー、人参	果物	かつお節、醤油
		清汁						
12月	8	おかか粥5倍	果物	鶏ひき肉	米 白砂糖、片栗粉	人参、小松菜	果物	かつお節
		鶏肉と野菜のみそ煮						

今月の使用予定果物：みかん・りんご・巨峰(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。