

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (土)	チキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ、塩、コンソメ、油 キャベツ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	牛乳 チーズ バナナ ビスケット	18日 (火)	ごはん おでん キャベツのサラダ みそ汁 みかん	米 だいこん、こんにゃく、厚揚げ、ちくわ、じゃがいも、鶏もも肉、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 白菜、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 ソフトクリーム チョコバナナ りんごジャム
3日 (月)	ごはん 豚肩焼 白和え みそ汁 みかん	米 鶏もも肉、ごぼう、にんじん、れんこん、いんげん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん 木綿豆腐、ほうれんそう、にんじん、糸こんにゃく、米みそ、砂糖、しょうゆ えのき、油揚げ、だいこん、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 ソフトクリーム さつまいも、砂糖、バター、牛乳	19日 (水) 冬のメニュー	ごはん さわらの味噌揚げ かぼちゃのいご煮 みそ汁 柿	米 さわら、砂、酒、しょうゆ、みりん かぼちゃ、あずき、砂糖、しょうゆ 絹ごし豆腐、ほうれん草、にんじん、油揚げ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 菓子パン
4日 (火)	鮭の塩焼き きんぴらごぼう すまし汁 りんご	鮭、塩 ごぼう、にんじん、こんにゃく、酒、砂糖、しょうゆ、ごま、油 絹ごし豆腐、焼きそば、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	牛乳 ヨーグルトケーキ ダー、ヨーグルト	20日 (木)	きつねうどん 高野豆腐の煮物 いりご りんご	ゆでうどん、油揚げ、わかめ、ほうれん草、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん、砂糖、塩 高野豆腐、鶏もも肉、にんじん、干しいたけ、いんげん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、砂糖 りんご	牛乳 おかしもち さつまいも
5日 (水)	ごはん・ひじき納豆 牛肉とれんこんの炒め煮 かぶの酢の物 みそ汁 りんご	米、ひじき、納豆、しょうゆ 牛もも肉、れんこん、にんじん、こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、酒、砂糖、しょうゆ かぶ、酢、砂糖、塩 木綿豆腐、えのき、白菜、かつお昆布だし、米みそ りんご	牛乳 ソフトクリーム さつまいも、砂糖、バター、牛乳	21日 (金)	ごはん 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのじゃこ和え けんちん汁 みかん	米 豚もも肉、生姜、たまねぎ、しょうゆ、みりん、油 ブロッコリー、しらす干し、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、油 だいこん、にんじん、さといも、ごぼう、油揚げ、こんにゃく、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 みかん	牛乳 ソフトクリーム チョコバナナ りんごジャム
6日 (木)	おんがけうどん ほうれんそうのお浸し 煮豆 みかん	ゆでうどん、鶏もも肉、だいこん、白ねぎ、にんじん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、片栗粉 ほうれん草、白菜、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 みかん	牛乳 焼きたおにぎり りんご、バナナ、チョコレート	22日 (土)	マーボー丼 もやしのごま和え 中華スープ	木綿豆腐、にんじん、白ねぎ、豚ひき肉、米みそ、酒、砂糖、しょうゆ、片栗粉 もやし、ごま、しょうゆ、みりん はるさめ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳 チーズ バナナ ビスケット
7日 (金)	全園児お弁当日			25日 (火)	お楽しみ会 (メニューはお楽しみに)		牛乳 クリスマスケーキ 小豆粥、砂糖、牛乳、生クリーム (2歳児から) いちご、みかん缶
8日 (土)	チャーハン きゅうりのごま和え 中華スープ	米、にんじん、たまねぎ、コーン缶、豚ひき肉、塩、しょうゆ、油 きゅうり、ごま、しょうゆ、みりん わかめ、はるさめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳 チーズ バナナ ビスケット	26日 (水)	ごはん・手作りふりかけ 鮭の塩焼き ポテトサラダ みそ汁 みかん	米、昆布、かつお節、ごま、しょうゆ、砂糖 鮭、塩 じゃがいも、にんじん、きゅうり、玉ねぎ、コーン缶、りんご、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、わかめ、焼きそば、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 さつまいもフライ さつまいも、油
10日 (月)	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのサラダ すまし汁 みかん	米 鶏もも肉、マーマレードジャム、しょうゆ、みりん ひじき、にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ さつまいも、にんじん、だいこん、たまねぎ、こんにゃく、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 ホットドッグ ロールパン、ソーセージ、キャベツ、塩、ケチャップ	27日 (木)	ごはん すき焼き風煮物 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 りんご	米 牛もも肉、白菜、糸こんにゃく、焼き豆腐、白ねぎ、にんじん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、砂糖 きゅうり、わかめ、ごま、酢、砂糖、塩 えのき、たまねぎ、油揚げ、かつお昆布だし、米みそ りんご	牛乳 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖
11日 (火)	ごはん 鮭のみそ煮 白菜とあげのごま和え すまし汁 りんご	米 鮭(乳肉はさわら)、米みそ、酒、しょうゆ、みりん、生姜 鮭(乳肉はさわら)、米みそ、酒、しょうゆ、みりん、生姜 白菜、にんじん、油揚げ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、ほうれん草、焼きそば、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	牛乳 クラッカー 小豆粥、砂糖、牛乳、生クリーム	28日 (金)	中華丼 もやしのごま和え 中華スープ カップゼリー	米、白菜、にんじん、しいたけ、たまねぎ、鶏もも肉、かつお昆布だし、酒、酒、しょうゆ、みりん、片栗粉 もやし、はるさめ、ごま、酢、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、ごま油 カップゼリー	牛乳 マシュマロクラッカー マシュマロ、クラッカー
12日 (水)	肉じゃが 小松菜のおひたし みそ汁 みかん	牛もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん 小松菜、白菜、にんじん、しょうゆ、みりん 木綿豆腐、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 豆腐ドーナツ 絹ごし豆腐、ホットケーキ粉、砂糖、油				
13日 (木)	焼きそば チンゲンサイのじゃこ和え ミニトマト みそ汁 りんご	焼きそば、キャベツ、にんじん、もやし、豚もも肉、お好みソース、ウスターソース、青のり チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、油 ミニトマト 絹ごし豆腐、油揚げ、かぼちゃ、かつお昆布だし、米みそ りんご	牛乳 ひじきおにぎり りんご				
14日 (金)	ハヤシライス キャベツのサラダ チーズ カップゼリー	米、牛もも肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ハヤシルフ、油 キャベツ、ブロッコリー、りんご、レーズン、酢、砂糖、塩、油 チーズ カップゼリー	牛乳 チーズトースト チョコバナナ、ピザチーズ				
15日 (土)	成長発表会 ※軽食にパンとジュースを予定しています						
17日 (月)	ごはん・納豆 ささみの磯部揚げ はるさめサラダ 稲汁 柿	米、納豆 鶏ささみ、小麦粉、青のり、油、れんこん はるさめ、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 鮭、だいこん、にんじん、こんにゃく、油揚げ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ、酒粕 柿	牛乳 どら焼き ケーキ、牛乳、みりん、ホットケーキ粉				