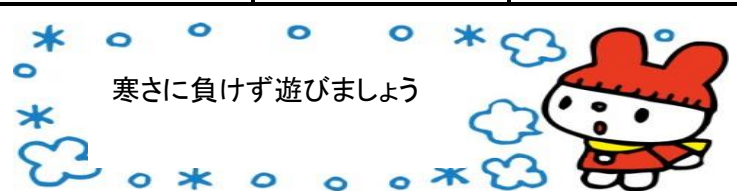
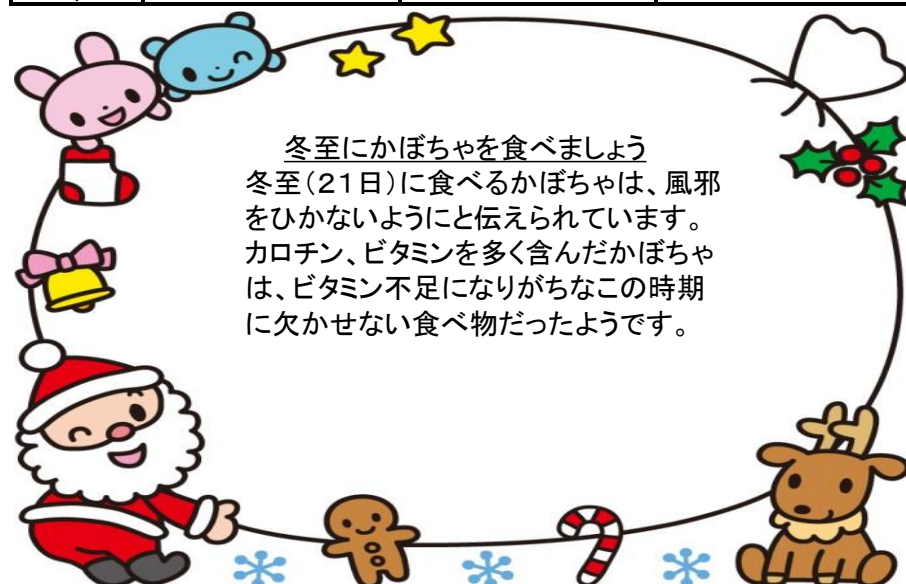


12月予定献立表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
献立	<p>ことしもありがとうございます ございました</p>			あぶたま もやしの炒め物 じゃが芋と青菜の味噌汁 オレンジ	さんまの佃煮 白和え せんべい汁 みかん	ハムピカタ 若布マヨネーズサラダ 牛乳 バナナ
未満児 主食				ごはん	ごはん	ごはん
おやつ				お好み焼き 牛乳	りんごケーキ 牛乳	
献立	5 パインとハムのステーキ ひじきのごま和え ラーメン入りかきたま汁 みかん	6 にらとじゃこの卵焼き 油揚げと青菜の煮浸し きのこ里芋のスープ りんご	7 豆腐ハンバーグ スパゲッティサラダ さつま芋汁 バナナ	8 野菜ロールカツ かにの酢の物 もやしの味噌汁 ミニトマト	9 茹鮭のマヨネーズかけ 中華サラダ ささみスープ オレンジ	10 手作り弁当 牛乳
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	豆腐のごまだれ団子 牛乳	人参ゼリー せんべい	きな粉揚げパン 牛乳	パインきんとん 牛乳	石垣もち 牛乳	
献立	12 がんもの含め煮 ごま酢キャベツ 南瓜といんげんの味噌汁 りんご	13 豚肉の柳川もどき チーズサラダ 大根の味噌汁 バナナ	14 酢豚 ヤーコンサラダ 若布スープ みかん	15 誕生会 チキンライス エビフライ ブロッコリーのごま酢和え コンソメスープ みかん	16 焼きししゃも 生揚げの煮物 すいとん汁 バナナ	17 五目納豆 さつま芋のひじき煮 牛乳 みかん
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	チキンライス	ごはん	納豆ごはん 豆腐の味噌汁
おやつ	かまもち 牛乳	アップルパイ 牛乳	カルピスゼリー せんべい	ケーキ 牛乳	卵サンド 牛乳	
献立	19 カレー りんごサラダ きのこのスープ みかん	20 五目大豆 玉葱といんげんの和え物 しめたま汁 りんご	21 鮭のグラタン 南瓜のいとこ煮 小松菜と油揚げの味噌汁 ミニトマト	22 クリスマス会 チーズハンバーグ ポテトサラダ 卵スープ みかん ごはん	23 天皇誕生日 	24 鶏肉のソテー にらと挽肉の卵とじ 牛乳 バナナ
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん		ごはん 若布スープ
おやつ	うすまきクッキー 牛乳	ホットケーキ 牛乳	大学芋 牛乳	クリスマスケーキ 牛乳		
献立	26 鶏味噌焼き 白菜とベーコンのサラダ シチュー ミニトマト	27 すき焼き風煮 さつま芋サラダ 油揚げの味噌汁 みかん	28 年越しうどん えび天 大根なます りんご	29 年末休み 	30 年末休み 	31 年末休み
未満児 主食	ごはん	ごはん	年越しうどん			
おやつ	しょうゆ団子 牛乳	ココアドーナツ 牛乳	野菜ジュース せんべい			



12月の予定栄養量	
未満児	572kカロリー
たんぱく質	19.9g
脂肪	19.1g
以上児	453kカロリー
たんぱく質	18.1g
脂肪	19.2g