

12月予定献立表

	月	火	水	木	金	土
					1	2
献立	 <p>サンタクロースさ～ん プレゼントもってきてね</p>				生姜焼き コーンサラダ お芋の団子汁 キウイ	発表会 ごほうび 
未満児 主食					ごはん	
おやつ					ジョア せんべい	
	4	5	6	7	8	9
献立	さんまの佃煮 油揚げと青菜のお浸し きのこ里芋のスープ りんご	エビカツ めかぶの和え物 ワンタンスープ ミニトマト	がんもの含め煮 親子サラダ もやしの味噌汁 キウイ	鮭のハンバーグ 白和え せんべい汁 みかん	みそおでん ピーナッツ和え 若布のみそ汁 バナナ	手作り弁当 牛乳 
未満児 主食	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	ひじき煎餅 牛乳	ふかし芋 牛乳	ハムサンド 牛乳	フルーツカスタード 麦茶	ピザポテト 牛乳	
	11	12	13	14	15	16
献立	豚肉の柳川もどき 大徳寺和え いものこ汁 りんご	豆腐ハンバーグ 中華風サラダ 南瓜といんげんの味噌汁 みかん	野菜ロールカツ ヤーコンサラダ わかめスープ ミニトマト	パインとハムのステーキ ひじきのごま和え 白菜のクリーム煮 キウイ	焼き魚 生揚げの煮物 すいとん汁 みかん	五目納豆 ひじきのさつま芋煮 牛乳 みかん
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	納豆ごはん 青菜の味噌汁
おやつ	豆乳ババロア 煎餅	ポテトチップス 牛乳	蒸しパン 牛乳	くるみゆべし 牛乳	石垣もち 牛乳	
	18	19	20	21	22	23
献立	茹卵の ミートソースかけ ジャーマンポテト わかめの味噌汁 キウイ	五目大豆 キャベツのごま和え じゃが芋と青菜の味噌汁 りんご	マカロニグラタン ひじきサラダ さつま汁 ミニトマト	クリスマスお誕生会 チキンライス エビフライ カリフラワーサラダ コーンポタージュ いちご	鶏肉のオニオントマト煮 かぼちゃいとこ煮 味噌けんちん汁 みかん	天皇誕生日 
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	チキンライス	ごはん	
おやつ	五平餅風 牛乳	パインきんとん 牛乳	フルーツヨーグルト 煎餅	クリスマスケーキ 牛乳	揚げパン 牛乳	
	25	26	27	28	29	30
献立	チーズハンバーグ ベジタベルソテー マッシュポテト 卵スープ キウイ	すき焼き風 ごまもやし 油揚げの味噌汁 バナナ	カレーライス りんごサラダ きのこスープ ミニトマト	エビ天 大根なます 青菜のお浸し 年越しうどん りんご	年末休み 	年末休み 
未満児 主食	ごはん	ごはん	カレーライス	ごはん		
おやつ	手作りクッキー 牛乳	小倉白玉 牛乳	ココアドーナツ 牛乳	ヨーグルト 煎餅		



年越しそばのいわれ
「そばのように長く生きられますように」
「切れやすいそばのように1日が苦労や災
難をさっぱり切りすてよう」など年越しそ
ばに様々な意味があります。
かけそば、ざるそばにして家族で一緒に
ゆったりと新年を迎えたいですね。
そばアレルギーの関係から年越しうどん
を12月最終日にみんなでいただきます。



以上児は家庭から持参するご飯栄養量は
含まれていません。
栄養給与目標（以上児）
エネルギー・・・449kcal
たんぱく質・・・18,7g
脂質・・・・・・18,2g
栄養給与目標（未満児）
エネルギー・・・554kcal
たんぱく質・・・19,9g
脂質・・・・・・17,3g

