

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1		2		3		4		5		6	
御飯 かれいの野菜あんかけ 小松菜とコーンの和え物 おふのみそ汁		御飯 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ		御飯 鶏すき ブロッコリーのゆかり和え えのきと水菜のみそ汁		御飯 豚肉と野菜のカレー炒め 4色サラダ キャベツのみそ汁		御飯 鮭のごま衣焼き ほうれん草の納豆あえ さつまいもと白菜の豆乳みそ汁		牛乳 カレーライス ミニゼリー チーズ	
牛乳 しらすチャーハン		牛乳 きな粉マカロニ		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		牛乳 蒸しパン(かぼちゃ)		牛乳 肉みそスパゲティ		牛乳 せんべい・クッキー	
8		9		10		11		12		13	
御飯 さばの焼きおろし煮 じゃがいもきんぴら 小松菜のみそ汁		御飯 えのき入りのしどり風 白菜のお浸し かぼちゃとほうれん草のすまし汁		御飯 豚肉とキャベツのポン酢炒め ひじきのマヨネーズ和え かぶと豆腐のみそ汁		御飯 まぐろのフライ 小松菜とちくわの和え物 じゃがいもとキャベツのみそ汁		御飯 鶏肉とさつまいもの煮物 ブロッコリーのごま酢和え 玉ねぎと春菊のみそ汁		牛乳 チキンライス 野菜スープ チーズ	
お茶 わかめおにぎり		牛乳 ツナサンド		牛乳 ミニ黒糖ツイスト		牛乳 みたらし団子		牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ		牛乳 せんべい・クッキー	
15		16		17		18		19	冬至	20	
御飯 ぶりの照り焼き チンゲン菜と大豆ミートのソテー 大根と白菜のみそ汁		牛乳・ロールパン 冬野菜のシチュー かぼちゃサラダ みかん		御飯 厚揚げのみそ炒め キャベツのおかか和え にゅうめん汁		御飯 鶏肉の梅焼き 小松菜の中華風のり和え さつまいものみそ汁		御飯 豚肉とかぼちゃの煮物 ゆず入りなます 豆腐とわかめのみそ汁		牛乳 ウインナーコルネ ミニゼリー チーズ	
お茶 コーンフレーク		お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3～5歳)		牛乳 ほうれん草クッキー		お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 ラスク		牛乳 せんべい・クッキー	
22		23		24	クリスマス会・お楽しみメニュー	25		26		27	
御飯 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草のごま和え 大根と春菊のみそ汁		御飯 鶏肉ののり塩唐揚げ 大根としらすの和え物 白菜としめじのみそ汁		御飯 ミートローフ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ		御飯 鶏じゃが きゅうりの塩昆布和え 玉ねぎとわかめのみそ汁		お弁当		お弁当	
牛乳 スイートポテト		牛乳 焼きそば		牛乳 ココアフルーツケーキ		牛乳 五平餅		牛乳 せんべい・クッキー		牛乳 せんべい・クッキー	
29		30		31							
休み		休み		休み							