

12月

3歳未満

独自献立

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-------|--|--|--|--|--|--|
| 日付 | | | | | 1日 | 2日 |
| 午前おやつ | |  | | | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 |   |  | 12月 |   | ひじきごはん さばのみそ煮 はくさいの炒め物 すまし汁(だいこん・チンゲン菜) バナナ | ごはん 鶏の甘辛焼き キャベツとにんじんのコーンサラダ みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) |
| 午後おやつ |  |  |  |  | 牛乳 ジャムサンド(いちご) | 牛乳 じゃがいももち(みたらしあん) |
| カロリー | | | | | 456 kcal | 462 kcal |
| 日付 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 |
| 午前おやつ | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 | チキンカレー ごぼうのハムサラダ すまし汁(しめじ・にんじん) | ごはん かれいの煮つけ こまつなともやしのごま和え みそ汁(生揚げ・玉ねぎ) バナナ | ロールパン ポークビーンズ 粉ふき芋 コンソメスープ(にんじん・キャベツ) マスカットゼリー | ごはん 鮭のきのこあんかけ かぶのわかめ和え みそ汁(ねぎ・かぼちゃ) りんご | みかんごはん 鶏むねのから揚げ はくさいのコールスロー みそ汁(さつまいも・ほうれん草) | 中華丼 彩りサラダ わかめスープ |
| 午後おやつ | 牛乳 豆乳ココア寒天～クリーム添え～ おこめリング | 牛乳 コーンラーメン | 牛乳 小魚とこまつなのごはん | 牛乳 大学芋 Oisixお野菜せんべい | 牛乳 みかんケーキ(米粉) | 牛乳 しらす入り五平餅 |
| カロリー | 481 kcal | 466 kcal | 444 kcal | 475 kcal | 514 kcal | 454 kcal |
| 日付 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 |
| 午前おやつ | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 | ごはん ぶりだいこん 金平ごぼう みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) | わかめごはん 鶏と玉ねぎの塩炒め ほうれん草とにんじんの納豆和え みそ汁(えのき・ごぼう) | ミートスパゲッティー キャベツとツナのサラダ 豆乳ポターージュ(かぶ・ベーコン) | ごはん 豆腐チャンプル(こまつな) さといものごまがらめ みそ汁(はくさい・にら) マスカットゼリー | ひじきごはん さばのみそ煮 はくさいの炒め物 すまし汁(だいこん・チンゲン菜) バナナ | ごはん 鶏の甘辛焼き キャベツとにんじんのコーンサラダ みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) |
| 午後おやつ | 牛乳 さつまいもドーナツ(卵)(豆乳) | 牛乳 チーズマフィン | 麦茶 たこ焼き風おにぎり | 牛乳 きな粉入り蒸しパン(豆乳) | 牛乳 ジャムサンド(いちご) | 牛乳 じゃがいももち(みたらしあん) |
| カロリー | 459 kcal | 456 kcal | 454 kcal | 475 kcal | 456 kcal | 462 kcal |
| 日付 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 |
| 午前おやつ | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 | チキンカレー ごぼうのハムサラダ すまし汁(しめじ・にんじん) | ごはん かれいの煮つけ こまつなともやしのごま和え みそ汁(生揚げ・玉ねぎ) バナナ | ロールパン ポークビーンズ 粉ふき芋 コンソメスープ(にんじん・キャベツ) マスカットゼリー | ごはん 鮭のきのこあんかけ かぶのわかめ和え みそ汁(ねぎ・かぼちゃ) りんご | 豚汁うどん れんこんとにんじんのコーン金平 みかん | 中華丼 彩りサラダ わかめスープ |
| 午後おやつ | 牛乳 豆乳ココア寒天～クリーム添え～ おこめリング | 牛乳 コーンラーメン | 牛乳 小魚とこまつなのごはん | 牛乳 大学芋 Oisixお野菜せんべい | 牛乳 かぼちゃケーキ(米粉) | 牛乳 しらす入り五平餅 |
| カロリー | 481 kcal | 466 kcal | 444 kcal | 475 kcal | 460 kcal | 454 kcal |
| 日付 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | | |
| 午前おやつ | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | | |
| 昼食 | サンタさんライス 焼きハンバーグ 3色のツリーサラダ コンソメスープ(だいこん・にんじん) | わかめごはん 鶏と玉ねぎの塩炒め ほうれん草とにんじんの納豆和え みそ汁(えのき・ごぼう) | ミートスパゲッティー キャベツとツナのサラダ 豆乳ポターージュ(かぶ・ベーコン) | ごはん 豆腐チャンプル(こまつな) さといものごまがらめ みそ汁(はくさい・にら) マスカットゼリー |   |   |
| 午後おやつ | 牛乳 雪だるまクッキー | 牛乳 チーズマフィン | 麦茶 たこ焼き風おにぎり | 牛乳 きな粉入り蒸しパン(豆乳) |  |  |
| カロリー | 535 kcal | 456 kcal | 454 kcal | 475 kcal | | |