

12月

3歳未満



# 12月こんだてひょう



Oisix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	3日	4日	5日	6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 白菜とにんじんの海苔和え みそ汁(生揚げ・玉ねぎ)	鶏とごぼうの味噌パスタ オクラのツナサラダ コンソメスープ(かぼちゃ・コーン) マスカットゼリー	ごはん チャーホーサイ れんこんの青のり炒め みそ汁(さといも・わかめ)	ロールパン クリームシチュー ほうれん草とパプリカのフレンチサラダ	ごはん さわらの味噌漬け焼き こまつなとにんじんの納豆和え すまし汁(玉ねぎ・麴) りんご	鶏の中華丼 高野豆腐の中華炒め煮 春雨スープ(チンゲン菜・もやし)
午後おやつ	牛乳 野菜とウインナーのケーキ	牛乳 しらすとこまつなのごはん	牛乳 焼き大学芋	牛乳 小魚きつねごはん	牛乳 コーンラーメン	牛乳 にんじんクラッカー
カロリー	467 kcal	449 kcal	475 kcal	445 kcal	468 kcal	485 kcal
日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 生揚げとチンゲン菜のとりみ煮 はくさいのごま和え みそ汁(かぶ・わかめ)	豚汁うどん かぼちゃの甘煮 れんこんとキャベツのさっぱり和え	わかめごはん さばの竜田揚げ ほうれん草の白和え みそ汁(玉ねぎ・なめこ)	ごはん だいこんの鶏そぼろあんかけ ブロッコリーとツナの塩昆布和え みそ汁(油揚げ・キャベツ) マスカットゼリー	コーンライス バーベキューチキン ジャーマンポテト コンソメスープ(えのき・こまつな) みかん	豚の甘辛丼 かぼちゃサラダ(ドレッシング) みそ汁(オクラ・もやし)
午後おやつ	牛乳 レーズンときなこのケーキ	牛乳 彩り納豆チャーハン	牛乳 ピザトースト	牛乳 中華風ビーフン	牛乳 りんごケーキ	牛乳 ストロベリースコーン
カロリー	494 kcal	465 kcal	483 kcal	470 kcal	485 kcal	484 kcal
日付	15日	16日	17日	18日	19日	20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 白菜とにんじんの海苔和え みそ汁(生揚げ・玉ねぎ)	鶏とごぼうの味噌パスタ オクラのツナサラダ コンソメスープ(かぼちゃ・コーン) マスカットゼリー	ごはん チャーホーサイ れんこんの青のり炒め みそ汁(さといも・わかめ)	ロールパン クリームシチュー ほうれん草とパプリカのフレンチサラダ	ごはん さわらの味噌漬け焼き こまつなとにんじんの納豆和え すまし汁(玉ねぎ・麴) りんご	鶏の中華丼 高野豆腐の中華炒め煮 春雨スープ(チンゲン菜・もやし)
午後おやつ	牛乳 野菜とウインナーのケーキ	牛乳 しらすとこまつなのごはん	牛乳 焼き大学芋	牛乳 小魚きつねごはん	牛乳 コーンラーメン	牛乳 にんじんクラッカー
カロリー	467 kcal	449 kcal	475 kcal	445 kcal	468 kcal	485 kcal
日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 生揚げとチンゲン菜のとりみ煮 はくさいのごま和え みそ汁(かぶ・わかめ)	豚汁うどん かぼちゃの甘煮 れんこんとキャベツのさっぱり和え	わかめごはん さばの竜田揚げ ほうれん草の白和え みそ汁(玉ねぎ・なめこ)	ピラフ チキンカツ ブロッコリーのマカロニサラダ コンソメスープ(しめじ・キャベツ)	ごはん 豚ひきとさつまいものカレーあんかけ チンゲン菜と切干の和え物 みそ汁(えのき・ごぼう) みかん	豚の甘辛丼 かぼちゃサラダ(ドレッシング) みそ汁(オクラ・もやし)
午後おやつ	牛乳 レーズンときなこのケーキ	牛乳 彩り納豆チャーハン	牛乳 ピザトースト	牛乳 クリスマスフィン	牛乳 お好み焼き(鶏ひき)	牛乳 ストロベリースコーン
カロリー	494 kcal	465 kcal	483 kcal	492 kcal	495 kcal	484 kcal