

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
2	御飯 さわらの塩麹焼き 白菜のお浸し 春菊とじゃがいものみそ汁	3	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	4	御飯 タラの竜田揚げ ブロッコリーのポン酢和え 豆腐とえのきのみそ汁	5	御飯 鶏むね肉のごまみそ焼き ほうれん草の納豆あえ 白菜のすまし汁	6	御飯 豚肉と野菜のカレー炒め 4色サラダ キャベツともやしのみそ汁	7	牛乳 ピラフ 野菜スープ チーズ		
	牛乳 高野豆腐のココロ揚げ		お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		お茶 コーンフレーク		牛乳 ミートスパゲティー		牛乳 せんべい・クッキー		
9	御飯 ぶりの照り焼き ほうれん草と大豆ミートのソテー さつまいもとしめじのみそ汁	10	御飯 厚揚げのみそ炒め ブロッコリーのゆかり和え 大根とわかめのみそ汁	11	御飯 鶏肉のマーマレード焼き 大根とコーンのしらす和え 小松菜とかぼちゃの豆乳みそ汁	12	御飯 豚肉とキャベツのポン酢炒め チンゲン菜のごま和え おふのみそ汁	13	御飯 鶏すき 切干大根とツナの酢の物 ほうれん草のみそ汁	14	牛乳 ミニストロベリーツイスト チーズ ゼリー		
	牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 みたらし団子		牛乳 きな粉クッキー		牛乳 チャーハン		牛乳 ミニ黒糖ツイスト		牛乳 せんべい・クッキー		
16	お楽しみメニュー	17	御飯 豚肉と大根の甘辛炒め 白菜とツナのさっぱり和え じゃがいもと厚揚げのみそ汁	18	御飯 まぐろのフライ ひじきのマヨネーズ和え キャベツとほうれん草のみそ汁	19	御飯 炒り豆腐 キャベツとちくわの和え物 さつまいもとわかめのみそ汁	20	冬至	21	牛乳 ツナカレー コーンサラダ チーズ		
	牛乳 スイートポテト		お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 五平餅		牛乳 ラスク		牛乳 きな粉マカロニ		牛乳 せんべい・クッキー		
23	御飯 さわらのみそ煮 じゃがいもきんぴら 小松菜のみそ汁	24	クリスマス会 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	25	御飯 鶏肉と根菜の煮物 きゅうりの塩昆布和え キャベツと豆腐のみそ汁	26	御飯 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ	27	チキンカレー ほうれん草のサラダ ゼリー	28	ハヤシライス チーズ ゼリー		
	牛乳 焼きそば		牛乳 ココアフルーツケーキ		お茶 ゆかりおにぎり		牛乳 蒸しパン(かぼちゃ)		牛乳 おやつ小魚 せんべい		お茶 せんべい・クッキー		
30	休み	31	休み										