



日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
12月2日(金) 12月16日(金)	牛乳	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 煮浸し	米 / 牛ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし 昆布 等 / キャベツ,チンゲンツアイ,だし昆布 等	りんご コッペパン 牛乳
12月3日(土) 12月17日(土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / みかん	食パン 牛乳
12月5日(月) 12月19日(月)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	米 / 牛肉,凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ じゃがいも,だし昆布 等	みかん おじゃ 牛乳 
12月6日(火) 12月20日(火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / キャベツ,小松菜,だし昆布 等	みかん お好みおやき 牛乳
12月7日(水) 12月21日(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,大根,人参,だし昆布 等 / はく さい,小松菜,だし昆布 等	みかん おじゃ 牛乳
12月8日(木)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご 煮込みうどん 牛乳
12月9日(金) 12月23日(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,は くさい,人参,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳 
12月10日(土) 12月24日(土)	牛乳	軟飯 そぼろ煮 みかん	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほう れん草,人参,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン 牛乳
12月12日(月) 12月26日(月)	牛乳	軟飯 白菜のスープ  煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,はくさい,人参,ほうれん草,たま ねぎ,だし昆布 等 / 大根,きゅうり,だし昆布 等	りんご だいこんのお焼き 牛乳
12月13日(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / 大根,人参, たまねぎ,だし昆布 等	りんご やわらかにんじんくずもち 牛乳
12月14日(水)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等 / じゃ がいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	みかん じゃがいものおやき 牛乳
12月15日(木) 12月27日(火)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等 / はく さい,ほうれん草,だし昆布 等	みかん ゆでじゃが 牛乳
12月28日(水)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮 	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 切干し大根,人参,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき 牛乳 
お楽しみ会 12月22日(木)	牛乳	ケチャップライス ささみの天ぷら 野菜スープ	米,ブイヨン,たまねぎ,人参,トマトケチャップ 等 / さ さ身,片栗粉 等 / キャベツ,人参,チンゲンツアイ,た まねぎ,だし昆布 等	りんご にんじん蒸しパン 牛乳
誕生会 12月1日(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等 / はくさい,きゅうり,だし昆布 等	りんご 蒸しパン 牛乳



月平均栄養価

エネルギー 431kcal たんぱく質 16.0g 脂質 11.4g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

