

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																
午前	1	牛乳	2	麦茶、星たべよ	3	牛乳	4	ドリンクヨーグルト	5	牛乳	6	麦茶、味しらべ															
昼食	ピーンズライス かぼちゃの甘煮 コンソメスープ オレンジ	ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 ほうれん草のキッシュ ジャーマンポテト トマトスープ りんご	ご飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	ご飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 みかん	ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ																					
午後	牛乳、ふかし芋	牛乳、コーンフレーク	牛乳、じゃこまぜおにぎり	牛乳、ギンビスアスパラガス	牛乳、バナナケーキ	麦茶、カルシウムせんべい																					
午前	8	牛乳	9	麦茶、ビスコ	10	牛乳	11	りんごジュース	12	牛乳	13	麦茶、ホームパイ															
昼食	みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご	わかめご飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみぞ汁 みかん	ご飯 豆腐と豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ たまごスープ オレンジ	食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ	ご飯 さけのきのこ味噌焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご	鶏の照り焼き丼 キャベツとちくわの和え物 納豆と大根のみぞ汁 バナナ																					
午後	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、ぱりんこ	牛乳、ハムチーズ蒸しパン	牛乳、星たべよ	牛乳、マリービスケット	麦茶、ぼたぼた焼き																					
午前	15	牛乳	16	麦茶、味しらべ	17	牛乳	18	オレンジジュース	19	牛乳	20	麦茶、カルシウムせんべい															
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 ぶりの照り焼き 切干し大根のサラダ なめこのみぞ汁 バナナ	きつねうどん さつま芋のサラダ バナナ	ご飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみぞ汁 グレープフルーツ	ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン プロッコリーのオイル焼き 白菜ととろろ昆布のスープ みかん	スタミナ丼 プロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ																					
午後	牛乳、お麩ラスク	麦茶、ヨーグルト	牛乳、かぼちゃケーキ	牛乳、カルシウムせんべい	牛乳、うすやきせんべい	麦茶、味しらべ																					
午前	22	牛乳	23	麦茶、ギンビスアスパラガス	24	牛乳	25	ぶどうジュース	26	牛乳	27	麦茶、星たべよ															
昼食	焼きそば 冬至かぼちゃ はるさめスープ グレープフルーツ	ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみぞ汁 バナナ	クリスマス お楽しみメニュー	ご飯 スタミナ納豆 里芋とちくわ煮物 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 さわらのオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみぞ汁 バイン缶	ご飯 ツナじゃが プロッコリーソテー 豆腐とわかめのスープ バナナ																					
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、星たべよ	牛乳、リット	牛乳、ココナッツサブレ	麦茶、ばかうけ																					
午前	29		30		31																						
昼食	年末休園日																										
午後																											
	<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー kcal</th> <th>タンパク g</th> <th>脂質 g</th> <th>食塩 g</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3才未満児</td> <td>481</td> <td>19.3</td> <td>15</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>490</td> <td>21.1</td> <td>14.7</td> <td>1.5</td> </tr> </tbody> </table>							エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g	3才未満児	481	19.3	15	1.6	目標量	490	21.1	14.7	1.5	<div style="border: 1px solid green; padding: 10px;"> <p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。 風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p> </div>					
	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g																							
3才未満児	481	19.3	15	1.6																							
目標量	490	21.1	14.7	1.5																							



## 12月の離乳食(12-18か月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 麦茶、ハイハイン	2 麦茶、かぼちゃクッキー	3 牛乳	4 ドリンクヨーグルト	5 牛乳	6 麦茶、ハイハイン
昼食	ビーンズライス（軟飯） かぼちゃの甘煮 コンソメスープ オレンジ	軟飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	軟飯 鶏ひき肉とほうれん草のチーズ 焼き ジャーマンポテト トマトスープ りんご	軟飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	軟飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 みかん	ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ
午後	牛乳、ふかし芋	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、じゃこまぜごはん（軟飯）	牛乳、バナナクッキー	牛乳、バナナ蒸しパン	麦茶、どうぶつビスケット
午前	8 牛乳	9 麦茶、小魚せんべい	10 牛乳	11 りんごジュース	12 牛乳	13 麦茶、やさいかぞく
昼食	みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご	わかめご飯（軟飯） さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 みかん	軟飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ オレンジ	食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ	ご飯 さけのきのみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ
午後	牛乳、青のりおにぎり	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、豆乳蒸しパン	牛乳、小魚せんべい	牛乳、ひじきせんべい	麦茶、小魚せんべい
午前	15 牛乳	16 麦茶、やさいかぞく	17 牛乳	18 オレンジジュース	19 牛乳	20 麦茶、バナナクッキー
昼食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	軟飯 ぶりの照り焼き 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ	きつねうどん さつま芋のサラダ バナナ	軟飯 豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ	ケチャップライス（軟飯） チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン プロッコリーのオイル焼き 白菜のスープ みかん	スタミナ丼 プロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ
午後	牛乳、お麩ラスク	麦茶、ヨーグルト	牛乳、かぼちゃケーキ	牛乳、やさいかぞく	牛乳、ひじきせんべい	麦茶、小魚せんべい
午前	22 牛乳	23 麦茶、ウエハース	24 麦茶、	25 ぶどうジュース	26 牛乳	27 麦茶、ハイハイン
昼食	焼きそば 冬至かぼちゃ はるさめスープ グレープフルーツ	軟飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ	クリスマス お楽しみメニュー	軟飯 スタミナ納豆 里芋の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	軟飯 さわらのオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 オレンジ	ご飯 ツナじゃが プロッコリーソテー 豆腐とわかめのスープ バナナ
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、小魚せんべい	牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、バナナクッキー	麦茶、やさいかぞく
午前	29	30	31			
昼食	年末休園日					
午後	<p>☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。</p> <p>☆ミルクは個人に合わせて提供します。</p>			<p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p>		

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ハイハイン
昼食	全粥 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ ミルク	全粥 鮭のみぞ煮 けんちん汁風 バナナ ミルク	全粥 鶏ひき肉とほうれん草の炒め物 トマトスープ りんご ミルク	全粥 マー婆ー豆腐 きゅうりともやしの和え物 チンゲン菜のスープ バナナ ミルク	全粥 たらの磯辺煮 ひじきと大豆の煮物、豆腐 のすまし汁、みかん、ミルク	全粥 野菜とろみ煮 わかめスープ バナナ ミルク
午後	ふかし芋、ミルク	ミルクウエハース、ミルク	しらす粥、ミルク	バナナクッキー、ミルク	バナナ、ミルク	どうぶつピスケット、ミルク
午前	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、やさいかぞく
昼食	みそ野菜うどん かぼちゃサラダ りんご ミルク	鮭煮 こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみぞ汁 みかん、ミルク	全粥 豆腐と豚肉のみぞ煮 コンソメスープ オレンジ ミルク	食パン 豆腐のトマト煮 マカロニスープ バナナ ミルク	全粥 さけのきのこみぞ煮 小松菜のしらす納豆和え 根菜すまし汁 りんご ミルク	全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のみぞ汁 バナナ ミルク
午後	ツナ粥、ミルク	かぼちゃクッキー、ミルク	ハイハイン、ミルク	青のりおにぎり、ミルク	ひじきせんべい、ミルク	小魚せんべい、ミルク
午前	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、バナナクッキー
昼食	全粥 ボトフ わかめのすまし汁 オレンジ ミルク	全粥 鮭の照煮 切干し大根のサラダ なめこのみぞ汁 バナナ ミルク	煮込みうどん さつま芋のサラダ バナナ ミルク	全粥 豆腐の中華煮風 ほうれん草のナムル じゃがいものみぞ汁 オレンジ ミルク	全粥 鶏肉と白菜のグラタン風 蒸しかぼちゃのスティック焼き コロコロ野菜のすまし汁 みかん ミルク	全粥 豚肉の炒め煮 コンソメスープ バナナ ミルク
午後	お麸きな粉フレンチ、ミルク	ヨーグルト、ミルク	かぼちゃの甘煮、ミルク	やさいかぞく、ミルク	ハイハイン、ミルク	小魚せんべい、ミルク
午前	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ハイハイン
昼食	鶏そぼろと野菜うどん 冬至かぼちゃ はるさめスープ オレンジ ミルク	全粥 たらのうま煮 ひじきとじやが芋の煮物 みそスープ バナナ ミルク	クリスマス お楽しみメニュー	全粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみぞ汁 バナナ ミルク	全粥 鶏肉の照煮 白菜の煮びたし さつま芋のみぞ汁 オレンジ ミルク	全粥 ツナじゃが もやしのみぞ汁 バナナ
午後	おかか粥、ミルク	かぼちゃクッキー、ミルク	どうぶつピスケット、ミルク	ミルクウエハース、ミルク	バナナクッキー、ミルク	やさいかぞく、ミルク
午前	29	30	31			
昼食	<b>年末休園日</b>					
午後	☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますので了承ください。				<p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p>	
	☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。					



## 12月の離乳食(7-8か月)

2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ハイハイン
昼食	7倍がゆ 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ ミルク	7倍がゆ 鮭煮 けんちん汁風 バナナ ミルク	7倍がゆ粥 鶏ささみ肉とほうれん草の炒め物 トマトスープ りんご ミルク	7倍がゆ マー婆ー豆腐風 きゅうりの和え物 チンゲン菜のスープ バナナ ミルク	7倍がゆ 鮭煮 人参の煮物 豆腐のすまし汁 みかん ミルク	7倍がゆ 野菜とろみ煮 豆腐のスープ バナナ ミルク
午後	ふかし芋、ミルク	ひじきせんべい、ミルク	しらす粥、ミルク	やさいかぞく、ミルク	バナナ、ミルク	ハイハイン、ミルク
午前	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ひじきせんべい
昼食	野菜うどん かぼちゃの煮物 りんご ミルク	7倍がゆ 鮭煮 こまつな和え さつまいものすまし汁 バナナ ミルク	7倍がゆ 豆腐と鶏肉の煮物 コンソメスープ オレンジ ミルク	パン粥 豆腐のトマト煮 マカロニスープ バナナ ミルク	7倍がゆ さけの野菜煮 小松菜のしらす納豆和え 根菜すまし汁 りんご ミルク	全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のすまし汁 バナナ ミルク
午後	7倍粥、ミルク	やさいかぞく、ミルク	ハイハイン、ミルク	きな粉粥、ミルク	ひじきせんべい、ミルク	小魚せんべい、ミルク
午前	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ハイハイン
昼食	7倍がゆ ボトフ にんじんのすまし汁 オレンジ ミルク	7倍がゆ 鶏肉の照煮 2色和え 豆腐のすまし汁 バナナ ミルク	煮込みうどん さつまいのサラダ バナナ ミルク	7倍がゆ 豆腐の中華煮風 ほうれん草のナムル じゃがいものすまし汁 オレンジ ミルク	7倍がゆ 鶏肉と白菜のグラタン風 蒸しかぼちゃのスティック煮 コロコロ野菜のすまし汁 みかん ミルク	7倍がゆ 鶏ささみの煮物 コンソメスープ バナナ ミルク
午後	お麸きな粉フレンチ、ミルク	ヨーグルト、ミルク	かぼちゃの甘煮、ミルク	やさいかぞく、ミルク	ひじきせんべい、ミルク	小魚せんべい、ミルク
午前	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ハイハイン
昼食	鶏野菜うどん 冬至かぼちゃ 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ ミルク	7倍がゆ 鮭煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁 バナナ ミルク	クリスマス お楽しみメニュー	7倍がゆ スタミナ納豆 玉ねぎのすまし汁 バナナ ミルク	7倍がゆ 鶏肉の煮物 白菜の煮びたし ほうれんそうのすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 バナナ ミルク
午後	おかか粥、ミルク	小魚せんべい、ミルク	やさいかぞく、ミルク	ハイハイン、ミルク	ひじきせんべい、ミルク	やさいかぞく、ミルク
午前	29	30	31			
昼食	<b>年末休園日</b>					
午後	<p>☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。</p> <p>☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。</p>			<p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。 風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富なみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p>		

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日															
午前	1 牛乳 ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁、オレンジ	2 牛乳 ピーンズライス かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ	3 牛乳 ご飯 鶏と野菜のチーズ焼き シャーマンポテト トマトスープ りんご	4 りんごジュース ご飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	5 牛乳 ご飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 みかん	6 麦茶、ぱりんこ ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ															
午後	牛乳、ふかし芋	牛乳、コーンフレーク	牛乳、じゃこまぜおにぎり	牛乳、ギンビスアスパラガス	牛乳、ほたぼた焼き	麦茶、ココナツサブレ															
午前	8 牛乳 みそ野菜ラーメン かぼちゃサラダ りんご	9 麦茶、ギンビスアスパラガス わかめご飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 みかん	10 牛乳 ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ コンソメスープ オレンジ	11 飲むヨーグルト 食パン 豆腐のミートグラタン マカロニスープ バナナ	12 牛乳 ご飯 さけのきのこみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご	13 麦茶、ほたぼた焼 鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ															
午後	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、白い風船	牛乳、豆乳蒸しパン	牛乳、星たべよ	牛乳、マリービスケット	麦茶、星たべよ															
午前	15 牛乳 チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	16 牛乳 ご飯 ぶりの照り焼き 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ	17 麦茶、味しらべ きつねうどん さつま芋のサラダ バナナ	18 オレンジジュース ご飯、豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゅがいものみそ汁 グレープフルーツ	19 牛乳 ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン プロッコリーのオイル焼き 白菜とろろ昆布のスープ みかん	20 麦茶、クラッカー スタミナ丼 プロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ															
午後	牛乳、お麩ラスク	麦茶、ヨーグルト	牛乳、かぼちゃケーキ	牛乳、星たべよ	牛乳、リット	麦茶、味しらべ															
午前	22 牛乳 焼きそば 冬至かぼちゃ はるさめスープ グレープフルーツ	23 牛乳 ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ	24 麦茶、クラッcker クリスマス お楽しみメニュー	25 ぶどうジュース ご飯 スタミナ納豆 里芋とちくわ煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	26 牛乳 ご飯 さわらのオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 バイン缶	27 麦茶、星食べよ ご飯 ツナじゃが プロッコリーソテー 豆腐とわかめのスープ バナナ															
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ほたぼた焼き	牛乳、星たべよ	牛乳、リット	牛乳、味しらべ	麦茶、ハッピーターン															
午前	29	30	31																		
午後	年末休園日																				
	<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <table border="1"> <tr> <th></th> <th>エネルギー - kcal</th> <th>タンパク質 g</th> <th>脂質 g</th> <th>食塩 g</th> </tr> <tr> <td>3才未満児</td> <td>481</td> <td>19.3</td> <td>15</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>490</td> <td>21.1</td> <td>14.7</td> <td>1.5</td> </tr> </table>				エネルギー - kcal	タンパク質 g	脂質 g	食塩 g	3才未満児	481	19.3	15	1.6	目標量	490	21.1	14.7	1.5	<p>寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。 風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。子どもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。</p>		
	エネルギー - kcal	タンパク質 g	脂質 g	食塩 g																	
3才未満児	481	19.3	15	1.6																	
目標量	490	21.1	14.7	1.5																	

ハピネス保育園 12月の幼児食(小麦・卵アレルギー) 2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳	2 牛乳	3 牛乳	4 りんごジュース	5 牛乳	6 麦茶、せんべい
風食	ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 オレンジ	ピーンズライス かぼちゃのサラダ コンソメスープ バナナ	ご飯 鶏と野菜のチーズ焼き ジャーマンポテト トマトスープ りんご	ご飯 カレー・マーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	ご飯 たらの磯辺焼き ひじきと大豆の煮物 豆腐のすまし汁 みかん	ひじきチャーハン 魚肉ソーセージソテー わかめスープ バナナ
午後	牛乳、ふかし芋	牛乳、コーンフレーク	牛乳、じゃこまぜおにぎり	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	麦茶、ビスケット
午前	8 牛乳	9 麦茶、ビスケット	10 牛乳	11 飲むヨーグルト	12 牛乳	13 麦茶、せんべい
風食	ご飯 肉野菜みそスープ かぼちゃサラダ りんご	イリゴンご飯 さばの塩焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 バナナ	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ コンソメスープ オレンジ	米粉パン 豆腐のミートグラタン コンソメスープ バナナ	ご飯 さけのきのこみそ焼き 小松菜のしらす納豆和え 根菜汁 りんご	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 キャベツとちくわの和え物 バナナ
午後	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、せんべい	牛乳、米粉フレンチトースト	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	麦茶、せんべい
午前	15 牛乳	16 牛乳	17 麦茶、せんべい	18 オレンジジュース	19 牛乳	20 麦茶、リツツ
風食	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 ぶりの照り焼き 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 バナナ	ご飯 具だくさん汁、 さつま芋のサラダ バナナ	ご飯、豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ	ケチャップライス チキンのオニオンソース かぼちゃグラタン プロッコリーのオイル焼き 白菜ととろろ昆布のスープ みかん	スタミナ丼 プロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ バナナ
午後	牛乳、お麩ラスク	麦茶、ヨーグルト	牛乳、かぼちゃの巾着	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	麦茶、せんべい
午前	22 牛乳	23 牛乳	24 麦茶、せんべい	25 ぶどうジュース	26 牛乳	27 麦茶、せんべい
風食	ご飯 肉野菜ソース炒め もやしのナムル はるさめスープ グレープフルーツ	ご飯 さばのカレー風味焼き ひじきとじゃがいもの煮物 にらのみそスープ バナナ	クリスマス お楽しみメニュー	ご飯 スタミナ納豆 里芋の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	ご飯 さわらのオーロラソースあえ 白菜の煮びたし 油揚げのみそ汁 パイン缶	ご飯 ツナじゃが プロッコリーソテー 豆腐とわかめのスープ バナナ
午後	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	麦茶、せんべい
午前	29	30	31			
風食	年末休園日					
午後						
☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。		<div style="border: 1px solid green; padding: 10px;">  寒さが本格化する12月は、風邪や感染症が心配な季節です。          風邪予防に効果が期待できるビタミンC豊富な柿やみかんをデザートに取り入れるほか、体を温める根菜類を使ったスープも登場します。こどもたちが免疫力を高め、食事の時間を楽しく、美味しく過ごしながら、健康をサポートしています。       </div>				

	I群g - kcal	タバクg	脂質g	食塩g
3才未満児	481	19.3	15	1.6
目標量	490	21.1	14.7	1.5