

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	火	ご飯 鶏肉の照り焼き ブロッコリー 白菜のみそ汁	紅白まんじゅう	米、小麦粉、砂糖	鶏もも肉、こしあん、みそ、油揚げ、煮干し、わかめ	はくさい、ブロッコリー、にんじん、ねぎ
18	水	パン クリームシチュー ほうれん草のノリノリ和え 果物	きなこぼたもち	メークイン、もち米、米、砂糖、油、ごま油、ロールパン	豚肉、牛乳、きな粉、チーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、もやし、グリーンピース、のり
19	木	ご飯 さわらの甘酢あんかけ けんちん汁 果物	牛乳 揚げパン(きな粉)	米、味パン、油、片栗粉、揚げ油、砂糖	牛乳、さわら、豆腐、豚肉、きな粉、油揚げ、さわら	だいこん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ごぼう、ねぎ
21	土	お弁当の日(卒園式) 				
23	月	ご飯 大根と豚肉の煮物 コールスローサラダ 果物	牛乳 マシュマロクリスマスビー	米、コーンフレーク、マヨネーズ、マーガリン、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉、油揚げ	だいこん、キャベツ、にんじん、コーン、だいこんの葉、しょうが
24	火	ご飯 さばの塩焼き ひじきの炒め煮 わけぎのみそ汁	プリン 昆布	米、砂糖、油	牛乳、さば、豆腐、みそ、油揚げ、かまぼこ、煮干し、ひじき、こんぶ	だいこん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、わけぎ
25	水	ご飯 麻婆豆腐 中華サラダ 果物	牛乳 豆乳くずもち	米、メークイン、片栗粉、砂糖、いりごま、油、ごま油	牛乳、豆腐、豆乳、合いびき肉、ちくわ、ロースハム、みそ、きな粉、わかめ	たまねぎ、にんじん、トマト、きゅうり、ねぎ、えのきたけ
26	木	ご飯 かき揚げ 人参シリシリ むらくもスープ	牛乳 じゃこトースト	米、食パン、さつまいも、小麦粉、揚げ油、片栗粉、マヨネーズ、油	牛乳、卵、えび、ちりめん、ツナ	にんじん、たまねぎ、ピーマン
27	金	ご飯 カレー豆腐 花野菜の甘酢和え 果物	牛乳 ほうれん草蒸しパン	米、蒸しパンミックス、油、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、カリフラワー、ほうれんそう、グリーンピース、しいたけ
28	土	和風スパゲティ コンソメスープ	牛乳 果物 お菓子	スパゲティ、メークイン、マーガリン	牛乳、ベーコン、ツナ	たまねぎ、しめじ、ほうれんそう、にんじん
30	月	ご飯 干草焼き 小松菜のチーズ和え ふのすまし汁	牛乳 クラッカーサンド(ツナ)	米、マヨネーズ、おつゆふ、油、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、卵、ツナ、牛ひき肉、チーズ、ちりめん、こんぶ	ごまつな、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、えのきたけ、みつば、しいたけ
31	火	ご飯 キーマカレー フレンチサラダ 果物	牛乳 りんごケーキ	米、小麦粉、砂糖、マーガリン、油、片栗粉	牛乳、合いびき肉、卵、ロースハム	たまねぎ、キャベツ、にんじん、りんご、ホールトマト、きゅうり、ピーマン、しめじ、コーン

 3日・7日・14日・28日・31日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。

※ 10日・・・えだまめおむすび作り(幼児組)

18日・・・ぼたもち作り(幼児組)

30日・・・クラッカーサンド作り(幼児組)