

	12月1日（月）	12月2日（火）	12月3日（水）	12月4日（木）	12月5日（金）	12月6日（土）	12月8日（月）
や朝 つお	●かぼちゃにんじんリング	●野菜ハイハイン	●ハイハイン	●おこさませんべい	●かぼちゃにんじんリング	●野菜ハイハイン	●ハイハイン
給 食	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●ポテトサラダ ●野菜スープ ●りんご	●焼きそば ●白菜のごま和え ●味噌汁 ●みかん	●ご飯 ●あじの塩焼き ●小松菜の納豆和え ●すまし汁 ●バナナ	●ご飯 ●豆腐チャンプル ●ひじきサラダ ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●さわらの味噌煮 ●キャベツとツナの酢の物 ●すまし汁 ●バナナ	●中華丼 ●中華スープ ●ヨーグルト	●ご飯 ●鶏肉の漬け焼き ●ほうれん草のおかか和え ●味噌汁 ●りんご
材 料	●ご飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 料理酒 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 片栗粉 ●ポテトサラダ じゃがいも ブロッコリー 人参 マヨドレ 塩 ●野菜スープ ほうれん草 えのきだけ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●焼きそば 焼きそば麺 豚バラスライス キャベツ 玉葱 人参 サラダ油 焼きそばソース ウスターソース 青さのり かつお糸削り ●白菜のごま和え 白菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 豆腐 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●みかん みかん	●ご飯 米 ●あじの塩焼き あじ 塩 ●小松菜の納豆和え 小松菜 太もやし 人参 ひきわり納豆 うすくち醤油 ●すまし汁 さといも 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●豆腐チャンプル 豚ももスライス 豆腐 ほうれん草 玉葱 太もやし 人参 かつお糸削り サラダ油 うすくち醤油 上白糖 料理酒 ●ひじきサラダ 芽ひじき 上白糖 濃口醤油 人参 スイートコーン マヨドレ ●味噌汁 太根 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●ご飯 米 ●さわらの味噌煮 さわら みりん風調味料 料理酒 おろし生しょうが 上白糖 濃口醤油 白みそ ●キャベツとツナの酢の物 キャベツ 人参 ツナフレーク 穀物酢 上白糖 うすくち醤油 ●すまし汁 豆腐 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●バナナ バナナ	●中華丼 米 豚ももスライス むきえび 白菜 玉葱 人参 サラダ油 鶏がらスープ 料理酒 うすくち醤油 塩 上白糖 片栗粉 ●中華スープ チンゲン菜 えのきだけ 玉葱 水 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろし生しょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●ほうれん草のおかか和え ほうれん草 人参 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●味噌汁 豆腐 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご
3 時 お や つ	●牛乳 ●チーズクッキー 小麦粉 無塩バター 上白糖 粉チーズ	●麦茶 ●五平餅 小麦粉 赤みそ すりごま(白) 上白糖 みりん風調味料 濃口醤油	●牛乳 ●シュガートースト 米 食パン 無塩バター グラニュー糖	●麦茶 ●フルーツヨーグルト ヨーグルト 上白糖 バナナ	●牛乳 ●さつまいもスティック さつまいも 上白糖	●牛乳 ●豆腐きな粉 豆腐 きな粉 上白糖	●牛乳 ●じゃがいも団子 じゃがいも 片栗粉 シュレッドチーズ 濃口醤油 上白糖
	12月9日（火）	12月10日（水）	12月11日（木）	12月12日（金）	12月13日（土）	12月15日（月）	12月16日（火）
や朝 つお	●おこさませんべい	●かぼちゃにんじんリング	●野菜ハイハイン	●ハイハイン	●おこさませんべい	●かぼちゃにんじんリング	●野菜ハイハイン
給 食	●カレーライス ●フレンチサラダ ●季節のフルーツ(いちご)	●ご飯 ●あじのみりん焼き ●小松菜の海苔和え ●すまし汁 ●ヨーグルト	●ビビンバ丼 ●ごぼうサラダ ●わかめスープ ●りんご	●ご飯 ●マーマレードチキン ●ジャーマンポテト ●味噌汁 ●バナナ	●鶏あんかけうどん ●大根サラダ ●バナナ	●ご飯 ●鮭の幽庵焼き ●ひじきの煮物 ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●かぶのさっぱり和え ●すまし汁 ●みかん
材 料	●カレーライス 米 豚ももスライス じゃがいも 玉葱 人参 有塩バター 小麦粉 カレーパウダー トマケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 濃口醤油 塩 ●フレンチサラダ キャベツ 人参 スイートコーン 穀物酢 上白糖 塩 サラダ油 ●季節のフルーツ(いちご) いちご	●ご飯 米 ●あじのみりん焼き あじ 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●小松菜の海苔和え 小松菜 えのきだけ 人参 濃口醤油 上白糖 ごま油 ぎざみのり ●すまし汁 おつゆ麴 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ビビンバ丼 米 豚ミンチ おろし生にんにく おろし生しょうが 料理酒 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 ほうれん草 太もやし 人参 上白糖 濃口醤油 ごま油 鶏がらスープ ●ごぼうサラダ ごぼう 人参 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 チンゲン菜 マヨドレ ●わかめスープ カットワカメ 玉葱 水 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●マーマレードチキン 鶏もも肉 オレンジマレード 濃口醤油 料理酒 ●ジャーマンポテト じゃがいも 玉葱 人参 有塩バター 塩 うすくち醤油 ●味噌汁 小松菜 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●鶏あんかけうどん うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 片栗粉 ●大根サラダ 大根 人参 スイートコーン 穀物酢 うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●鮭の幽庵焼き さけ みりん風調味料 うすくち醤油 料理酒 刻みゆず ●ひじきの煮物 芽ひじき うす揚げ 大豆水煮 人参 いんげん だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 豆腐 カットワカメ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●ご飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 料理酒 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 片栗粉 ●かぶのさっぱり和え 白菜 小かぶ 人参 うすくち醤油 上白糖 穀物酢 だし汁(かつお昆布) ●すまし汁 えのきだけ 玉葱 カットワカメ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん
3 時 お や つ	●牛乳 ●セサミクッキー 小麦粉 無塩バター 上白糖 いりゴマ(白)	●牛乳 ●のり塩ポテト じゃがいも 青さのり 塩	●牛乳 ●ココアクリームサンド 食パン 生クリーム(動物性) 上白糖 ココア	●牛乳 ●豆腐みたらし 豆腐 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●牛乳 ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●牛乳 ●のり塩ポテト じゃがいも 青さのり 塩	●牛乳 ●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水

	12月17日（水）	12月18日（木）	12月19日（金）	12月20日（土）	12月22日（月）	12月23日（火）	12月24日（水）
や朝 つお	●ハイハイン	●おこさませんべい	●かぼちゃにんじんリング	●野菜ハイハイン	●ハイハイン	●おこさませんべい	●かぼちゃにんじんリング
給 食	●肉うどん ●煮魚 ●バナナ	●ご飯 ●豚肉のスタミナ炒め ●ゆかり和え ●味噌汁 ●りんご	●食パン ●エビのパン粉焼き ●チーズサラダ ●コンソメスープ ●バナナ ●牛乳	●炊き込みピラフ ●野菜スープ ●ヨーグルト	●ご飯 ●豚肉の野菜炒め ●かぼちゃの煮物 ●すまし汁 ●りんご	●ご飯 ●鱈の甘酢あんかけ(焼) ●小松菜のごま和え ●味噌汁 ●バナナ	●イエローロール ●ミートローフ ●マカロニサラダ ●コンソメスープ ●みかん ●牛乳
材 料	●肉うどん うどん 豚ももスライス しめじ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 塩 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●豚肉のスタミナ炒め 豚ももスライス キャベツ 太もやし 玉葱 人参 サラダ油 おろし生しょうが 濃口醤油 上白糖 ●ゆかり和え 太もやし カリフラワー ゆかり うすくち醤油 上白糖 ●味噌汁 豆腐 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●食パン 食パン ●エビのパン粉焼き 尾付きむきえび 塩 小麦粉 水 パン粉 ●チーズサラダ ブロッコリー スイートコーン ダイスチーズ マヨドレ 塩 ●コンソメスープ しめじ 玉葱 人参 水 チキンコンソメ 塩 ●バナナ バナナ ●牛乳 牛乳	●炊き込みピラフ 米 むきえび ピーマン 人参 玉葱 チキンコンソメ うすくち醤油 塩 ●野菜スープ キャベツ えのきだけ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●豚肉の野菜炒め 豚ももスライス 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 ●かぼちゃの煮物 かぼちゃ だし汁(かつお昆布) 上白糖 濃口醤油 うすくち醤油 みりん風調味料 ●すまし汁 ほうれん草 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●鱈の甘酢あんかけ(焼) たら 塩 片栗粉 玉葱 人参 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 穀物酢 上白糖 ●小松菜のごま和え 小松菜 太もやし 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 豆腐 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●イエローロール イエローロール(卵なし) ●ミートローフ 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 塩 豆乳 パン粉 トマトケチャップ ウスターソース ●マカロニサラダ マカロニ ブロッコリー 人参 マヨドレ 塩 ●コンソメスープ ほうれん草 エリンギ 水 チキンコンソメ 塩 ●みかん みかん ●牛乳 牛乳
3 時 お や つ	●麦茶 ●おかかチーズおにぎり 米 かつお糸削り 濃口醤油 ダイスチーズ	●牛乳 ●ふかし芋 さつまいも	●オレンジジュース ●スノーボールクッキー 小麦粉 無塩バター 上白糖 粉糖	●牛乳 ●さつまいもスティック さつまいも 上白糖	●牛乳 ●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●牛乳 ●にんじんクッキー 小麦粉 無塩バター 上白糖 人参	●麦茶 ●豆腐きな粉 豆腐 きな粉 上白糖
	12月25日（木）	12月26日（金）	12月27日（土）				
や朝 つお	●野菜ハイハイン	●ハイハイン	●おこさませんべい				
給 食	●ご飯 ●鶏肉の南部焼き ●大根サラダ ●すまし汁 ●りんご	●ご飯 ●豚肉の野菜炒め ●チンゲン菜の和え物 ●味噌汁 ●みかん	●ご飯 ●鶏肉の漬け焼き ●小松菜のごま和え ●味噌汁 ●バナナ				
材 料	●ご飯 米 ●鶏肉の南部焼き 鶏もも肉 上白糖 濃口醤油 サラダ油 いりごま(黒) ●大根サラダ 大根 人参 スイートコーン 穀物酢 うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●すまし汁 ほうれん草 玉葱 うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●りんご りんご	●ご飯 米 ●豚肉の野菜炒め 豚ももスライス 玉葱 キャベツ 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 ●チンゲン菜の和え物 チンゲン菜 うす揚げ 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 さつまいも カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●みかん みかん	●ご飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろし生しょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油 ●小松菜のごま和え 小松菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 みりん風調味料 ●味噌汁 大根 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ				
3 時 お や つ	●牛乳 ●さつまいもスティック さつまいも 上白糖	●牛乳 ●豆腐みたらし 豆腐 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●牛乳 ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖				