

	12月2日（月）	12月3日（火）	12月4日（水）	12月5日（木）	12月6日（金）	12月7日（土）	12月9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	●ハイハイン	●野菜ハイハイン	●ハイハイン
給 食	●ご飯 ●鶏肉の漬け焼き ●ポテトサラダ ●野菜スープ ●りんご	●焼きそば ●ほうれん草のごま和え ●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 ●マーマレードチキン ●ジャーマンポテト ●味噌汁 ●りんご	●中華丼 ●春雨サラダ ●中華スープ ●ヨーグルト	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●ほうれん草のおかか和え ●味噌汁 ●りんご
材 料	●ご飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろししょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●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 キャベツ 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 キャベツ 玉葱 人参 豚バラスライス 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 ●ほうれん草のごま和え ほうれん草 人参 すりごま(白) 濃口醤油 みりん風調味料 ●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 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 うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●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 キャベツ 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 小松菜 マヨドレ ●味噌汁 大根 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 ●マーマレードチキン 鶏もも肉 濃口醤油 オレンジマレード 料理酒 ●ジャーマンポテト じゃがいも 玉葱 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 ●りんご りんご	●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 ●春雨サラダ 春雨 スイートコーン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 穀物酢 いりゴマ(白) ●中華スープ チンゲン菜 えのきだけ 玉葱 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 水 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●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 ●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 ●セサミクッキー 小麦粉 上白糖 無塩バター いりゴマ(白)	●麦茶 ●五平もち 米 赤みそ すりごま(白) 上白糖 みりん風調味料 濃口醤油	●牛乳 ●ピザトースト 食パン ツナフレーク ピーマン スイートコーン シュレッドチーズ トマトケチャップ	●麦茶 ●フルーツヨーグルト ヨーグルト バナナ 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 ●さつまいもスティック さつまいも 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10日（火）	12月11日（水）	12月12日（木）	12月13日（金）	12月14日（土）	12月16日（月）	12月17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	●かぼちゃにんじんリング	●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 ●もやしとわかめのサラダ ●みかん	●ご飯 ●鶏肉の漬け焼き ●さっぱり和え ●すまし汁 ●ヨーグルト	●ご飯 ●あじのみりん焼き ●ほうれん草の海苔和え ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●さわらのみそ煮 ●キャベツとツナの酢の物 ●すまし汁 ●りんご	●ご飯 ●たららのバター焼き ●大根の煮物 ●野菜スープ ●バナナ	●ご飯 ●鮭の幽庵焼き ●五目ひじき ●味噌汁 ●りんご	●ビビンバ丼 ●ごぼうサラダ ●ワカメスープ ●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 トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 濃口醤油 塩 ●もやしとわかめのサラダ カットワカメ 太もやし 人参 ツナフレーク 穀物酢 サラダ油 上白糖 塩 ●みかん みかん	●ご飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろししょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油 ●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 おつゆ麴 玉葱 カットワカメ 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 ●あじのみりん焼き あじ 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●ほうれん草の海苔和え ほうれん草 人参 ごま油 うすくち醤油 上白糖 きざみのり ●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	●ご飯 米 ●さわらのみそ煮 さわら みりん風調味料 料理酒 おろししょうが 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 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●たららのバター焼き たら 塩 小麦粉 有塩バター ●大根の煮物 大根 人参 うす揚げ サラダ油 上白糖 うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) ●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 ●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 ●五目ひじき 大豆水煮 芽ひじき 人参 うす揚げ 上白糖 濃口醤油 料理酒 みりん風調味料 だし汁(かつお昆布) ●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	●ビビンバ丼 米 豚ミンチ おろししょうが 上白糖 濃口醤油 料理酒 太もやし 人参 穀物酢 上白糖 うすくち醤油 塩 いりゴマ(白) ほうれん草 スイートコーン ごま油 濃口醤油 上白糖 ●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 ●ワカメスープ カットワカメ 玉葱 青葱 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 水 ●みかん みかん
3 時 お や つ	●牛乳 ●ココアクリームサンド 食パン 生クリーム ココア 上白糖	●牛乳 ●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)	●牛乳 ●チーズクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉 粉チーズ	●牛乳 ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●牛乳 ●豆腐きな粉 豆腐 きな粉 上白糖	●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

	12月18日（水）	12月19日（木）	12月20日（金）	12月21日（土）	12月23日（月）	12月24日（火）	12月25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	●かぼちゃにんじんリング	●おこさませんべい
給 食	●ご飯 ●たらの甘酢あんかけ(焼) ●小松菜のごま和え ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●豚肉の野菜炒め ●かぼちゃの煮物 ●すまし汁 ●りんご(シナノスイート)	●食パン ●ハンバーグ ●チーズサラダ ●コンソメスープ ●バナナ ●牛乳	●ご飯 ●厚揚げと豚肉の中華炒め ●大根サラダ ●中華スープ ●ヨーグルト	●肉うどん ●煮魚 ●りんご	●イエローロール ●タンドリーチキン ●マカロニサラダ ●コンソメスープ ●みかん ●牛乳	●ご飯 ●豚肉のスタミナ炒め ●ゆかり和え ●かきたま汁 ●バナナ
材 料	●ご飯 米 ●たら 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 醬 油 穀 物 酢 上 白 糖 ●小松菜のごま和え 小松菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 豆腐 おつゆ麩 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●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 料理酒 ●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(シナノスイート) りんご(シナノスイート)	●食パン 食パン ●ハンバーグ 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 塩 豆乳 パン粉 うすくち醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●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	●ご飯 米 ●厚揚げと豚肉の中華炒め 厚揚げ 豚ももスライス キャベツ 玉葱 人参 サラダ油 鶏がらスープ うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●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 ●中華スープ カットワカメ えのきだけ 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 水 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●肉うどん うどん 豚ももスライス しめじ 人参 青葱 上白糖 濃口醤油 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 ●りんご りんご	●イエローロール イエローロール(卵なし) ●タンドリーチキン 鶏もも肉 カレーパウダー 塩 ヨーグルト トマトケチャップ ●マカロニサラダ マカロニ キャベツ 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	●ご飯 米 ●豚肉のスタミナ炒め 豚ももスライス キャベツ 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 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 ●かきたま汁 鶏卵 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 片栗粉 ●バナナ バナナ
3 時 お や つ	●牛乳 ●ふかし芋 さつまいも	●牛乳 ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●ぶどうジュース ●スノーボールクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉 粉糖	●牛乳 ●さつまいもスティック さつまいも 上白糖	●麦茶 ●ゆかりおにぎり 米 ゆかり いりゴマ(白)	●麦茶 ●豆腐きな粉 豆腐 きな粉 上白糖	●牛乳 ●にんじんクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉 人参
	12月26日（木）	12月27日（金）	12月28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 ●オレンジ	●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 ●オレンジ オレンジ	●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				



クリスマスおめでとう

