

# 12月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
		<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>		<b>5</b>		<b>6</b>	
		玄米ご飯 イナダの照り焼き 豚肉とごぼうの煮物 大根のみそ汁 オレンジ 379kcal (3-5歳) 284kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏ささみのオランダ揚げ コールスローサラダ じゃがいものみそ汁 キウイフルーツ 376kcal (3-6歳) 282kcal (1-3歳)		玄米ご飯 厚揚げの味噌チーズ焼き しらすサラダ そーめんのすまし汁 ヨーグルト 416kcal (3-7歳) 312kcal (1-4歳)		玄米ご飯 秋鮭のムニエル ポテトサラダ ミネストローネ 443kcal (3-8歳) 332kcal (1-5歳)		玄米ご飯 かぼちゃのコロッケ 切干大根煮 豆腐のみそ汁 439kcal (3-9歳) 329kcal (1-6歳)			
<b>7</b>		<b>8</b>		<b>9</b>		<b>10</b>	お弁当献立	<b>11</b>		<b>12</b>		<b>13</b>	
		玄米ご飯 黄金カレイの煮付け 竹輪マヨ納豆揚げ 白菜のみそ汁 りんご 399kcal (3-5歳) 299kcal (1-2歳)		玄米ご飯 煮込みハンバーグ 春雨サラダ チンゲン菜のスープ 411kcal (3-5歳) 308kcal (1-2歳)		玄米ご飯(コーン茶飯おにぎり) 鶏肉の甘みそ焼き ワカメサラダ パナナ 400kcal (3-5歳) 300kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲティナポリタン かぼちゃのレーズン煮 みるくスープ 376kcal (3-5歳) 282kcal (1-2歳)		玄米ご飯 アジフライ ひじきの煮物 さつまいのみそ汁 380kcal (3-5歳) 285kcal (1-2歳)			
<b>14</b>		<b>15</b>		<b>16</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19</b>	七五三献立	<b>20</b>	
		玄米ご飯 イナダの照り焼き 豚肉とごぼうの煮物 大根のみそ汁 ネーブル 386kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏ささみのオランダ揚げ コールスローサラダ じゃがいものみそ汁 キウイフルーツ 376kcal (3-6歳) 282kcal (1-3歳)		玄米ご飯 厚揚げの味噌チーズ焼き しらすサラダ そーめんのすまし汁 ヨーグルト 416kcal (3-7歳) 312kcal (1-4歳)		玄米ご飯 秋鮭のムニエル ポテトサラダ ミネストローネ 443kcal (3-8歳) 332kcal (1-5歳)		玄米ご飯 かぼちゃのコロッケ 切干大根煮 豆腐のみそ汁 439kcal (3-9歳) 329kcal (1-6歳)			
<b>21</b>		<b>22</b>		<b>23</b>		<b>24</b>	クリスマス献立	<b>25</b>		<b>26</b>		<b>27</b>	
		玄米ご飯 黄金カレイの煮付け 竹輪マヨ納豆揚げ 白菜のみそ汁 りんご 399kcal (3-5歳) 299kcal (1-2歳)				玄米ご飯(ツリーライス) ローストチキン ワカメサラダ ネーブル 421kcal (3-5歳) 316kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲティナポリタン かぼちゃのレーズン煮 みるくスープ 376kcal (3-5歳) 282kcal (1-2歳)		玄米ご飯 アジフライ ひじきの煮物 さつまいのみそ汁 380kcal (3-5歳) 285kcal (1-2歳)			
<b>28</b>		<b>29</b>		<b>30</b>		<b>31</b>							
		玄米ご飯 イナダの照り焼き 豚肉とごぼうの煮物 大根のみそ汁 ネーブル 386kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)											
				★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。									