



12月よていこんだて表



吉備中央町

				1(金) なかよし献立		2(土)					
午前	  					クラッカー	クラッカー				
昼食						ごはん 酢豚 チンゲン菜と揚げのさっと煮 わかめスープ オレンジ	肉みそうどん チーズ みかん				
午後						牛乳、ミニパン	牛乳、クッキー				
4(月)		5(火) なかよし献立		6(水) なかよし献立		7(木)		8(金)		9(土)	
午前	せんべい	ビスケット	クッキー	ウエハース	ポーロ	クッキー					
昼食	コッペパン グラタン 白菜とりんごのサラダ かぶのスープ みかん	ごはん 焼きさばのカレーあんかけ ブロッコリーのゆかり和え 根菜のみそ汁 パン缶	麻婆豆腐丼 白菜のごまあえ 中華スープ もも缶	麦ごはん とんかつ マカロニサラダ かぼちゃ入りスープ オレンジ	ハヤシライス 切干大根サラダ バナナ 牛乳	サンドイッチ 牛乳 バナナ					
午後	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、ミニホットドッグ	牛乳、スティックパンケーキ	牛乳、せんべい	ヨーグルト、ブルーノ	牛乳、ドーナツ					
11(月) なかよし献立		12(火)		13(水)		14(木) なかよし献立		15(金)		16(土)	
午前	シガーフライ	ビスケット	せんべい	クラッカー	ポーロ	せんべい					
昼食	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き はるさめサラダ 豆腐のすまし汁 みかん	ごはん すき焼き風煮物 大根と人参の甘酢あえ かき玉みそ汁 バナナ	ごはん 豚のマムレード焼き ブロッコリーとツナのサラダ ミネストローネスープ パン缶	ごはん 鶏の焼きから揚げ チンゲン菜の中華和え 中華コーンスープ バナナ	麦ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ 大根と揚げのみそ汁 みかん	中華丼 わかめスープ バナナ					
午後	牛乳、ウインナーカップケーキ	牛乳、さつまいもスティック	牛乳、マカロニあべかわ	牛乳、チーズパン	牛乳、もちもちちぢみ	牛乳、ビスケット					
18(月)		19(火)		20(水)		21(木)		22(金) お誕生日会		23(土)	
午前	せんべい	えびせん	ビスケット	ウエハース	クラッカー	せんべい					
昼食	ミートスパゲティー ひじきとキャベツのサラダ コンソメスープ オレンジ	麦ごはん 鶏肉とたまごの煮物 小松菜のごまあえ なめこと豆腐のみそ汁 バナナ	ごはん 小松菜入りハンバーグ 切干し大根の旨煮 豆乳みそ汁 みかん缶	ごはん さわらのねぎみそ焼き ひじきとさつま芋の炒り煮 かき玉汁 バナナ	ロールパン タンドリーチキン スイートポテトサラダ ブロッコリー 野菜スープ りんご (3未：みかん)	サンドイッチ バナナ 牛乳					
午後	牛乳、チャーハン	牛乳、さつまいも蒸しパン	牛乳、ババロア	牛乳、焼きビーフン	カルピス、クリスマスケーキ	牛乳、あんぱん					
25(月) なかよし献立		26(火) なかよし献立		27(水) なかよし献立		28(木)		29(金)		30(土)	
午前	ポーロ	クッキー	クラッカー	せんべい							
昼食	ごはん 焼き鶏の南蛮漬け かぼちゃのいとこ煮 かぶのすまし汁 みかん	ごはん 焼きししゃも 彩り納豆和え 豚汁 バナナ	ごはん 松風焼き 鉄骨サラダ あさりのみそ汁 パン缶	ポークカレー ブロッコリーとじゃこのゆかり和え オレンジ							
午後	牛乳、カルシウムラスク	牛乳、おからドーナツ	牛乳、簡単ピザ	牛乳、クッキー							