



	午前	1(木)	2(金)	3(土)											
昼食	 « 1日平均栄養量 » <table border="1"> <thead> <tr> <th>3歳未満児</th><th>3歳以上児</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>エネルギー(kcal) 488</td><td>エネルギー(kcal) 592</td></tr> <tr> <td>たんぱく質(g) 20.0</td><td>たんぱく質(g) 24.7</td></tr> <tr> <td>脂質(g) 14.9</td><td>脂質(g) 18.1</td></tr> <tr> <td>加熱カロリー(mg) 252</td><td>加熱カロリー(mg) 310</td></tr> <tr> <td>食塩相当量(g) 1.5</td><td>食塩相当量(g) 1.8</td></tr> </tbody> </table>	3歳未満児	3歳以上児	エネルギー(kcal) 488	エネルギー(kcal) 592	たんぱく質(g) 20.0	たんぱく質(g) 24.7	脂質(g) 14.9	脂質(g) 18.1	加熱カロリー(mg) 252	加熱カロリー(mg) 310	食塩相当量(g) 1.5	食塩相当量(g) 1.8	元旦	 おもちを食べるとき 気をつけよう！ <p>噛んで飲み込む力が弱い乳幼児が、おもちを食べる場合は、必ず大人が目を離さないよう気を付けてください。</p>
3歳未満児	3歳以上児														
エネルギー(kcal) 488	エネルギー(kcal) 592														
たんぱく質(g) 20.0	たんぱく質(g) 24.7														
脂質(g) 14.9	脂質(g) 18.1														
加熱カロリー(mg) 252	加熱カロリー(mg) 310														
食塩相当量(g) 1.5	食塩相当量(g) 1.8														
午後	5(月)	6(火)なかよし献立	7(水)	8(木)											
午前	せんべい	クッキー	せんべい	せんべい											
昼食	ツナカレー マカロニサラダ もも缶	ごはん ブリの照り焼き なます 小松菜のすまし汁 バナナ	コッペパン えびフライ ブロックソーセージのゆかり和え クリームシチュー パイン缶	麦ごはん 焼きコロッケ ごぼうサラダ あさりのみぞ汁 バナナ	ごはん 炒り豆腐 きんぴらごぼう 白菜とかぼちゃのみぞ汁 みかん										
午後	カルピス、クッキー	牛乳、黒豆蒸しパン	牛乳、七草おにぎり	牛乳、プリン	牛乳、ジャムサンド										
	12(月)	13(火)	14(水)なかよし献立	15(木)	16(金)										
午前		シガーフライ	シガーフライ	ビスケット	クラッカー										
昼食	成人の日	ナポリタン ひじきとキャベツのサラダ 野菜スープ バナナ	ごはん 豚肉のバーベキューソース焼き 鉄骨サラダ 根菜のみぞ汁 オレンジ	麦ごはん 焼きから揚げ 野菜ステック かぼちゃのスープ パイン缶	麦ごはん ししゃものチーズフライ 小松菜の納豆あえ コンソメスープ バナナ										
午後		牛乳、牛乳きな粉もち	牛乳、アメリカンドッグミニ	牛乳、お好み焼き	牛乳、フレンチトースト										
	19(月)なかよし献立	20(火)なかよし献立	21(水)	22(木)なかよし献立	23(金)お誕生日会										
午前	ウエハース	ウエハース	せんべい	ボーロ	えびせん										
昼食	ごはん 豚の角煮 ほうれん草とツナの酢和え 白菜ときくらげの中華スープ パイン缶	ごはん 鮭のごまみそ焼き 凍り豆腐の甘煮 冬野菜の豆乳みそ汁 バナナ	ロールパン ハンバーグ スペゲティソテー コーンかき玉汁 オレンジ	ごはん 白身魚のチリソース チンゲン菜の中華和え 厚揚げとわかめのスープ バナナ	チキンドリア ブロックソーセージのゆかり和え フライドポテト コンソメスープ みかん										
午後	牛乳、サブレ	牛乳、せんべい	牛乳、じゃことわかめのおにぎり	牛乳、タルタルトースト	牛乳、ビスケット、おやつ小魚										
	26(月)なかよし献立	27(火)	28(水)なかよし献立	29(木)	30(金)										
午前	ボーロ	ウエハース	ボーロ	えびせん	ビスケット										
昼食	ごはん 高野豆腐のオランダ煮 伴三糸 すまし汁 パイン缶	麦ごはん ちくわ磯辺揚げ ポテトサラダ 豆腐と玉ねぎのみぞ汁 バナナ	ピビンバ丼 キャベツとパインのサラダ わかめスープ みかん	ごはん 手作りふりかけ 松風焼き はるさめの酢の物 かぶのすまし汁 オレンジ	ごはん 豚天 かぼちゃとひじきの甘煮 チンゲン菜と豆腐のみぞ汁 バナナ										
午後	牛乳、人参とチーズのケーキ	牛乳、クレープ	牛乳、ストーンクッキー	牛乳、マカロニあべかわ	牛乳、ミニクリームパン										
					牛乳、ドーナツ										