



12月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (木)	麦茶 小魚せんべい	食パン スープスパゲティ みかん	食パン・スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・もやし・みかん	麦茶 おかか粥
2 (金)	麦茶 マンナ	たらの野菜あんかけ 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	たら	玉葱・人参・もやし・きゅうり キャベツ	麦茶 ボーロ
3 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜粥 きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・玉葱・人参 きゅうり	
5 (月)	麦茶 ボーロ	マーボー豆腐 温野菜 スープ	米・豆腐	豚挽肉	玉葱・人参・もやし・きゅうり わかめ	麦茶 鉄入りビスケット
6 (火)	麦茶 リンゴ	けんちんうどん 温野菜	ゆでうどん・豆腐	鶏肉	大根・人参・かぶ・きゅうり	麦茶 お野菜リング
7 (水)	麦茶 かぼちゃクッキー	鶏肉の煮物 マカロニサラダ みそ汁 おかゆ	米・マカロニ・味噌	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 蒸しパン
8 (木)	麦茶 ウエハース	食パン トマトスープ バナナ	食パン	鶏肉	玉葱・人参・もやし・キャベツ バナナ	麦茶 ふかし芋
9 (金)	麦茶 お野菜せんべい	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 ゼリー
10 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
12 (月)	麦茶 さつま芋	そばろ粥 温野菜 みそ汁	米・味噌	鶏挽肉	ほうれん草・大根・きゅうり 玉葱・人参	麦茶 バナナ
13 (火)	麦茶 リンゴ	しらす納豆 かぼちゃのそばろ煮 みそ汁 おかゆ	米・味噌	鶏挽肉・しらす	南瓜・白菜・きゅうり もやし・玉葱・わかめ	麦茶 鉄入りビスケット
14 (水)	麦茶 マンナ	煮込みうどん 温野菜 みかん	ゆでうどん	鶏肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり・みかん	麦茶 ゼリー
15 (木)	麦茶 小魚せんべい	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根・きゅうり	麦茶 食パン



12月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (金)	麦茶 ボーロ	豚肉のみそ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・味噌	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・わかめ・きゅうり	麦茶
17 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	麦茶
19 (月)	麦茶 お野菜せんべい	キャロット粥 肉団子煮 スープ	米・じゃがいも・豆腐	豚挽肉	玉葱・人参・きゅうり・わかめ	麦茶
20 (火)	麦茶 バナナ	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん・じゃがいも	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり	
21 (水)	麦茶 鉄入りビスケット	豆腐のそぼろあん 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・味噌	豚挽肉	玉葱・人参・小松菜 キャベツ・もやし・きゅうり	麦茶
22 (木)	麦茶 ウエハース	食パン 野菜スープ みかん	食パン	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・みかん	麦茶
23 (金)	麦茶 小魚せんべい	そぼろ粥 さつまいもサラダ スープ	米・さつまいも	豚挽肉	ほうれん草・もやし・人参 きゅうり・玉葱・わかめ	
24 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜粥 きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・玉葱・人参 きゅうり	麦茶
26 (月)	麦茶 マンナ	肉じゃが 温野菜 みそ汁 納豆 おかゆ	米・じゃがいも・味噌	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・大根	麦茶
27 (火)	麦茶 リンゴ	炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・味噌	鶏挽肉	人参・キャベツ・きゅうり もやし・玉葱・わかめ	
28 (水)	麦茶 ボーロ	じゃがいものそぼろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・じゃがいも	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶
29 (木)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	麦茶
30 (金)	麦茶 ウエハース	スープスパゲティ ミニゼリー 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・ミニゼリー	麦茶

