

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	木	スティック人参		米飯 日はんべんのチーズサンドフライ ツナとコーンのマカロニサラダ キャベツの野菜スープ ミニぶっちゃんプリン	スモアケーキ 牛乳
2	金	せんべい お茶		米飯 魚のインディアン揚げ もやしとちくわの中華サラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	ほうれん草蒸しパン 自家製飲むヨーグルト 菓子
3	土			土曜給食	
5	月	ビスケット お茶		米飯 スナックレバー もやしサラダ 豆腐の野菜スープ 菊花みかん	カナッペ 牛乳
6	火	ふかしもち お茶		ほうとう カニカマの天ぷら いんげんと卵の和え物 オレンジ	12月お誕生日ケーキ  菓子
7	水	せんべい 牛乳		米飯 鶏肉のマーレード焼き おいなりさんサラダ そつめん汁 りんご	肉まん ジョア
8	木	乳酸菌飲料		米飯 ウィンナーとチーズの包み揚げ カニカマ入りドレッシングサラダ カレー汁 パナナ	マドレーヌ 牛乳
9	金	ビスケット お茶		カラフル洋風寿司 ちくわのごま揚げ キャベツのしらす和え ずまし汁 ミニゼリー	自家製フルーツヨーグルト
10	土			土曜給食	菓子
12	月	バナナ お茶		米飯 煮込みハンバーグ 温野菜サラダ 春雨スープ りんご	カントリースクッキー ミルクティー
13	火	せんべい 牛乳		カレーピラフ コーンフレークチキン 枝豆 ポトフ バナナ	<b>お菓子屋さん</b> 
14	水	乳酸菌飲料	出前クッキング たんぼぼ・もも	米飯 魚のもみじ焼き いんげんのおかかあえ 肉みそでん オレンジ	チーズドック 牛乳
15	木	ミレーフライ お茶		<b>園外保育</b> 	<b>パン屋さん</b> 
16	金	ビスケット お茶		<b>おたのしみ弁当</b> 	ちんすこう ジョア
17	土			土曜給食	菓子
19	月	乳酸菌飲料		米飯 ココット蒸し コールスローサラダ 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	いちごババロア
20	火	せんべい お茶		米飯 厚揚げチャンプルー ポテトサラダ 五色スープ バナナ	ミニメロンパン ココア
21	水	スティック人参 お茶		米飯 まぐろのチーズフライ するが和え わかめスープ りんご	大学芋 お茶
22	木	ビスケット お茶	出前クッキング うめ	米飯 味付け鶏のから揚げくん キャベツのゆかりあえ いわしのつみれ団子汁 菊花みかん	自家製黄桃ヨーグルト
23	金	せんべい お茶		<b>クリスマスランチ</b> 	<b>クリスマスケーキ</b> 
24	土			土曜給食 	菓子
26	月	ビスケット お茶		炊き込みごはん さつまいもの天ぷら いんげんのごま和え 年越し汁 チーズ	菓子
27	火	せんべい お茶		ひじき入りドライカレー フライドポテトの塩昆布和え 鉄ゼリー	菓子
28	水	ビスケット お茶		ハヤシライス コロコロサラダ ミニゼリー	菓子

● 12月29日、1月4日は弁当持参でお願いします。

	1日あたり kcal	たんぱく g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	582	21.4	18.7	224	2.5	416	0.3	0.51	44	4.8	1.9
目標量	574	23	16	259	2.5	213	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	101	93	117	86	100	195	97	142	200	133	119
3才未満児	504	17.6	15.2	213	2.1	365	0.25	0.46	40	4.4	1.6
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	109	95	118	100	91	193	100	164	200	133	107

\*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

### 出前クッキング

今年も定番のホットケーキの他に、8・9月にジュース、10・11月にクレープのお店を開きました。みんなの反応はどうか？とちょっとドキドキしながら準備しましたが、大盛況!!最初は戸惑っていた子ども大喜び!たくさんおかわりして、完売でした。



### おたのしみ弁当 16日(金)

毎月おたのしみ弁当の日があります。給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に詰めるので、ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。(もも・たんぼぼはいりません)