

12月

えぶちにしや園・えがお園

	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日	
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日	
朝食	ごはん 鶏ひきの味噌炒め さといものごまがらめ すまし汁(キャベツ・かぶ)	ごはん かれのいトマト缶ソースがけ 根菜のマヨ和え みそ汁(切干・玉ねぎ)	チキンカレー 彩りサラダ みかん	ひじきごはん さばのみそ煮 はくさいの海苔和え すまし汁(生揚げ・チンゲン菜) バナナ	ごはん ハンバーグ ブロッコリーとにんじんのマヨ和え かぶとベーコンのスープ パイン缶	ごはん 鶏の甘辛焼き さつまいもサラダ みそ汁(れんこん・キャベツ)	
午後おやつ	牛乳 みそ蒸しパン(豆乳)	牛乳 コーンラーメン	牛乳 おあげにぎり	牛乳 焼きそば	牛乳 うどん(きつね)	牛乳 切干入りごはん	
カロリー	499 kcal	523 kcal	526 kcal	532 kcal	539 kcal	512 kcal	
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
朝食	ごはん 鶏と玉ねぎの炒め物 れんこんとにんじんの金平 みそ汁(さといも・玉ねぎ)	ごはん さわらのパン粉焼き こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(かぶ・もやし) バナナ	わかめごはん 鶏むねとさつまいものケチャップ煮 こまつなとにんじんのコールスロー みそ汁(豆腐・ほうれん草) みかん	ミートスパゲッティ キャベツとツナのサラダ ポタージュ(じゃがいも・ベーコン・豆乳)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き チンゲン菜と竹輪の和え物 すまし汁(かぼちゃ・ごぼう) パイン缶	豚丼 切干のツナ和え わかめスープ	
午後おやつ	牛乳 チーズマフィン	牛乳 きな粉入り豆乳寒天 お野菜せんべい	牛乳 みかん缶ケーキ(豆乳)	牛乳 ひじきとにんじんのおにぎり	牛乳 大学芋	牛乳 鶏そぼろごはん	
カロリー	501 kcal	514 kcal	545 kcal	561 kcal	504 kcal	530 kcal	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
朝食	ごはん 鶏ひきの味噌炒め さといものごまがらめ すまし汁(キャベツ・かぶ)	ごはん かれのいトマト缶ソースがけ 根菜のマヨ和え みそ汁(切干・玉ねぎ)	チキンカレー 彩りサラダ みかん	ひじきごはん さばのみそ煮 はくさいの海苔和え すまし汁(生揚げ・チンゲン菜) バナナ	豚汁うどん れんこんとにんじんのコーン金平 みかん	ごはん 鶏の甘辛焼き さつまいもサラダ みそ汁(れんこん・キャベツ)	
午後おやつ	牛乳 みそ蒸しパン(豆乳)	牛乳 コーンラーメン	牛乳 おあげにぎり	牛乳 焼きそば	牛乳 かぼちゃドーナツ ビスケット	牛乳 切干入りごはん	
カロリー	499 kcal	523 kcal	526 kcal	532 kcal	505 kcal	512 kcal	
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
朝食	ごはん 鶏と玉ねぎの炒め物 れんこんとにんじんの金平 みそ汁(さといも・玉ねぎ)	ごはん さわらのパン粉焼き こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(かぶ・もやし) バナナ	ハヤシライス(ゆきだるまごはん) ポテトサラダ みかん	ミートスパゲッティ キャベツとツナのサラダ ポタージュ(じゃがいも・ベーコン・豆乳)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き チンゲン菜と竹輪の和え物 すまし汁(かぼちゃ・ごぼう) パイン缶	豚丼 切干のツナ和え わかめスープ	
午後おやつ	牛乳 ★お誕生日会メニュー★	牛乳 アップルゼリー お野菜せんべい	牛乳 ココアケーキ(豆乳)(粉糖)	牛乳 ひじきとにんじんのおにぎり	牛乳 大学芋	牛乳 鶏そぼろごはん	
カロリー	501 kcal	514 kcal	577 kcal	561 kcal	504 kcal	530 kcal	
日付	30日	31日					
朝食			 <h2 style="color: red; font-size: 2em;">12月 こんだてひょう</h2>				
午後おやつ							
カロリー							

※カロリーは3～5歳児量

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3～5歳	520/20.8/14.4/76.7/1.5未満	523	20.8	15.3	81.1	1.7
1～2歳	475/19.0/13.2/70.1/1.4未満	479	19.8	16.0	69.3	1.5

※午前おやつ(乳児のみ)

月・水・金…カップヨーグルト 火・木・土…煎餅、牛乳

※夕間食:日替わりおにぎり(ツナ、おおか、ふりかけ等)

12月 離乳食献立

えぶちにしゃ園

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			
2日			3日			4日			5日			6日			7日			
初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	
米 焼きふ 人参	米 焼きふ 人参 玉ねぎ かぶ キャベツ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ かぶ キャベツ	米 カレー 玉ねぎ	米 カレー 人参 玉ねぎ キャベツ	米 カレー 人参 玉ねぎ キャベツ	米 豆腐 じゃが芋	米 豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゅうり	米 豆腐 玉ねぎ、人参 じゃが芋 きゅうり もやし	米 しらす キャベツ	米 ささみ キャベツ 人参 白菜 チンゲン菜	米 ささみ キャベツ 人参 白菜 チンゲン菜	米 カレー プロッコリー	米 カレー 玉ねぎ プロッコリー 人参 かぶ	米 豚ひき肉 玉ねぎ プロッコリー	米 焼きふ さつま芋	米 焼きふ さつま芋 人参 キャベツ	米 焼きふ さつま芋 人参 白菜	米 焼きふ さつま芋 人参 白菜
9日			10日			11日			12日			13日			14日			
初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	
米 豆腐 人参	米 豆腐 玉ねぎ 人参 白菜	米 豆腐 玉ねぎ 人参 白菜	米 カレー 小松菜	米 カレー 小松菜 人参 かぶ	米 カレー 小松菜 人参 かぶ もやし	米 豆腐 さつま芋	米 豆腐 さつま芋 人参 白菜 ほうれん草	米 豆腐 さつま芋 人参 白菜 ほうれん草	米 焼きふ じゃが芋	米 焼きふ 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ	米 豚ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ	米 焼きふ かぼちゃ	米 ささみ かぼちゃ さつま芋 人参、大根 キャベツ チンゲン菜	米 ささみ かぼちゃ さつま芋 人参、大根 キャベツ チンゲン菜	米 焼きふ 玉ねぎ	米 焼きふ 玉ねぎ 人参 白菜	米 焼きふ 玉ねぎ 人参 白菜	
16日			17日			18日			19日			20日			21日			
初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	
米 焼きふ 人参	米 焼きふ 人参 玉ねぎ かぶ キャベツ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ かぶ キャベツ	米 カレー 玉ねぎ	米 カレー 人参 玉ねぎ キャベツ	米 カレー 人参 玉ねぎ キャベツ	米 豆腐 じゃが芋	米 豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゅうり	米 豆腐 玉ねぎ、人参 じゃが芋 きゅうり もやし	米 しらす キャベツ	米 ささみ キャベツ 人参 白菜 チンゲン菜	米 ささみ キャベツ 人参 白菜 チンゲン菜	うどん カレー 大根	うどん カレー 大根 ほうれん草 人参 かぼちゃ	うどん 豚もも肉 大根 ほうれん草 人参 かぼちゃ	米 焼きふ さつま芋	米 焼きふ さつま芋 人参 キャベツ	米 焼きふ さつま芋 人参 白菜	
23日			24日			25日			26日			27日			28日			
初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	
米 豆腐 人参	米 豆腐 玉ねぎ 人参 白菜	米 豆腐 玉ねぎ 人参 白菜	米 カレー 小松菜	米 カレー 小松菜 人参 かぶ	米 カレー 小松菜 人参 かぶ もやし	米 焼きふ じゃが芋	米 ささみ 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ	米 ささみ 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ	米 焼きふ じゃが芋	米 焼きふ 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ	米 豚ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ	米 焼きふ かぼちゃ	米 ささみ かぼちゃ さつま芋 人参、大根 キャベツ チンゲン菜	米 ささみ かぼちゃ さつま芋 人参、大根 キャベツ チンゲン菜	米 焼きふ 玉ねぎ	米 焼きふ 玉ねぎ 人参 白菜	米 焼きふ 玉ねぎ 人参 白菜	
米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	

※食材が変更となることがあります。 変更となった際には、お知らせ致します。

※初期食はそれぞれの食材のペースト食とスープ、中期食は主食（おかゆ等）、たんぱく源と野菜の煮物、野菜スープ、後期食は主食（おかゆ等）、たんぱく源と野菜の煮物、野菜スープ、スティック野菜のメニュー形態で提供致します。

※主食が麺類の場合等、上記のメニュー形態は変更になることがあります。