

| 指定日 | こんだて名 | おもな材料のはたらき | | | |
|-----|---------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------|---------------------------------------|
| | | 赤 群 体をつくるもとになる | 黄 群 エネルギーのもとになる | 緑 群 体の調子をとのえる | |
| 給食 | 1日、15日 | ○△豚肉と大根のごまみそ煮 青菜炒め、みかん | 豚肉、白みそ、ツナ缶 | 片栗粉、さとう、すりごま、油 | 大根、人参、ねぎ 青菜、みかん |
| | 2日、16日 | ○△白菜と肉団子のスープ煮 ブロッコリーのサラダ | 鶏挽肉 | 片栗粉、春雨、油、さとう | しょうが、白菜、人参 ブロッコリー、コーン缶 |
| | 3日、17日 | ○煮魚 ○ひじきと生揚げの煮物 | 白身魚、ひじき、生揚げ | さとう、油 | しょうが、人参、さやいんげん |
| | 4日、18日 | ○煮込みうどん、ヨーグルト | 鶏肉、油揚げ | 干めん | 人参、ねぎ |
| | 6日、20日 | △カリフラワーのクリームシチュー ドレッシングあえ、パン、ジュース | 鶏肉、スキムミルク | じゃが芋、油、上新粉 春雨、さとう | カリフラワー、人参、玉ねぎ (冷)グリーンピース、きゅうり、みかん缶 |
| | 7日、21日 | ○ぶり大根、酢のもの | ぶり、生わかめ | さとう | 大根、人参、しょうが、キャベツ |
| | 8日、22日 | ○△中華風かき玉スープ ○南瓜煮付 | 豚肉、豆腐、卵 | 片栗粉、ごま油、さとう | しょうが、人参、チンゲン菜 玉ねぎ、南瓜 |
| | 9日 | ○五目煮、みそ汁、みかん | はんぺん 豆腐、赤みそ | じゃが芋、油、さとう | 人参、大根、さやいんげん えのき茸、みつば、みかん |
| | 10日、24日 | フライドチキン ポテトサラダ、パン缶 | 鶏肉、ハム | 片栗粉、油 じゃが芋、マヨネーズ | にんにく、きゅうり パン缶 |
| | 25日 | ○きしめん、ヨーグルト | 油揚げ、焼かまぼこ 花かつお、チーズ | 干きしめん | 人参、ほうれん草 |
| | 13日、27日 | ○豚丼 ○切干大根のごま酢あえ、ゼリー | 豚肉、しらす干し | 油、さとう、すりごま、ごま油 | 人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ 切干大根、きゅうり |
| | 14日、28日 | △カレースパソテー △スープ、パン、ジュース | 鶏肉 | スパゲッティ、油 | 玉ねぎ、人参、ピーマン かぶ、あさつき |
| | 誕生会 | ケチャップライス △スープ、りんご | ツナ缶、豆腐 | 油 | 玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン コーン缶、もやし、あさつき、りんご |
| | | | | | |
| 間食 | 1日、15日 | 南瓜ドーナツ | 牛乳 | ホットケーキミックス 油 | 南瓜 |
| | 2日、16日 | ●鮭しめじごはん | サケフレーク | 米 油 | しめじ |
| | 3日、17日 | りんご 菓子 | | 菓子 | りんご |
| | 6日、20日 | ●しらすごはん | しらす干し | 米 油 | ほうれん草 |
| | 7日、21日 | ピザパンケーキ | 粉チーズ ウインナー(無着色) | ホットケーキミックス 小麦粉 油 | トマトジュース 玉ねぎ |
| | 8日、22日 | みそ蒸しパン | 白みそ | 小麦粉 さとう 油 | |
| | 9日 | ヨーグルト 菓子 | ヨーグルト | 菓子 | |
| | 10日、24日 | ゼリー 菓子 | | 菓子 | |
| | 13日、27日 | 蒸じゃが | | じゃが芋 バター | |
| | 14日、28日 | 牛乳プリン(0.1歳児) ココアプリン | 牛乳 | さとう | |
| 誕生会 | カステラケーキ | ホイップクリーム | カステラ | チェリー缶 パン缶 みかん缶 | |
| | | | | | |

※ こんだては多少変更する場合があります。
 ※ 太字は主菜に含まれる食品です。
 ※ 献立名の頭に使用する調味料のマークがついています。

★☆☆24日・・・クリスマスケーキがつかます★☆☆

○ しょうゆ・白しょうゆ
 △ スープの素