



日	月	火	水	木	金	土	
			1 さくらごはん わかめカニ玉 イカとキャベツの炒め お味噌汁 いもけんぴ	2 ごはん さつま芋と鶏の甘辛 もやしシリシリ みぞれ汁	3 きつねきしめん ちくわの黄金揚げ ツボ漬けキャベツ ちんすこう	4	
5	6 ポークチャップ丼 レクちゃんポテト 大根ポタージュスープ ヨーグルト	7 肉まん ガリパタキャベツ 春雨ミソスープ 牛乳	8 ごはん お蕎麦屋さんのカレー 海老ぎょろつけ わかめサラダ くだもの	9 お店屋さんごっこ	10 5歳児相談	11	
12	13 たぬき豆腐丼 大根の煮物 鯖缶の味噌汁 くだもの	14 ゆり組リクエスト ピザ 鶏のから揚げ フルーツサラダ コンソメスープ フローズンフルーツ	15 ごはん 鶏ちゃん焼き おふの酢の物 いも煮風汁	16 おでんうどん きんぴら天 ごま和え ヤクルト	17 クリスマス会 おむすび コーンフレークチキン スティック野菜 クラムチャウダースープ クリスマスケーキ	18	
19	20 ごはん 肉みそ厚揚げ 野菜炒め わかめスープ ミルクプリン	21 クリスマスパン ジャムとクリーム カリブロッコリーチーズ焼 肉団子野菜スープ 牛乳	22 冬至 炊き込みご飯 鯖の竜田揚げ 浅漬け お味噌汁 冬至パイ	23 お子様チャーシューメン ナムル 自分でむいてゆで卵 オムレット	24 終業式	25 クリスマス	
26	27 						28

あっという間に12月です。今年もご家庭の皆様のご理解とご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました。

年長さんは11月の牛乳からビン牛乳に変わりました。小学生になる準備です。嬉しそうに飲む姿が嬉しくもあり、あと数か月なんだなあ実感しています。

寒くなりますが、どうぞお体にお気をつけてお過ごしください。

12 月 平均値		
項目	数量	単位
エネルギー	489.04	kcal
たんぱく質	21.72	g
脂 質	19.67	g
鉄 分	1.40	mg
ビタミンA	195.88	mg
ビタミンB1	0.30	mg
ビタミンB2	0.30	mg
ビタミンC	19.19	mg
食物繊維	3.97	g
食塩相当量	1.86	g

3歳未満児は70%の値です