

12月 おしょくじカレンダー

吉川つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土		
日	寒くなると免疫力も低下してきて、ビタミン不足で風邪をひきやすくなります。風邪をひかないようにするためには、バランスの良い食事と規則正しい生活をする事が大切です。元気に冬を乗り切りましょう！！				1 避難・消火訓練		2	
乳児								
昼食					・ご飯 ・鶏肉の照り焼き ・ひじきと大豆の煮物 ・ごまかぼちゃ ・もやしの味噌汁		・ミートソースパゲティー ・野菜スープ	
おやつ					菓子○  		 おにかおにぎり	
日	4	5	6	7	8	9		
乳児						発表会		
昼食	・麦ご飯 ・ハヤシライス ・ニラともやしのソテー ・トマト ・かぶの味噌汁	・ご飯 ・豚肉の生姜焼き ・さつま揚げと筍の含め煮 ・磯和え ・えのきの味噌汁	・ご飯 ・さわらの味噌焼き ・白菜とがんもの煮物 ・ブロッコリーとチーズのサラダ ・ワカメスープ	・ご飯 ・鶏肉のホイル焼き ・納豆 ・ひじきの中華和え ・長ねぎと小松菜の味噌汁	・ご飯 ・豆腐の松風焼き ・こふき芋 ・和風ボイル野菜 ・白菜のスープ			
おやつ	菓子○   			菓子○  				
日	11	地域交流会	12	13	お誕生会	14	15	16
乳児								
昼食	・ご飯 ・チンジャオロースー ・さつまいもと昆布の煮物 ・春雨の酢の物 ・たまねぎの味噌汁	・ご飯 ・柳川風卵焼き ・納豆 ・ほうれん草ときのこのソテー ・もやしとわかめの味噌汁	・ワカメご飯 ・鶏肉のから揚げカレー風味 ・キャベツとコーンのサラダ ・ミニトマト ・大根と揚げの味噌汁	・ご飯 ・豚肉と厚揚げの味噌炒め ・人参のおかか煮 ・ツナともやしの和え物 ・すまし汁	・ご飯 ・ブリの照り焼き ・大根と里芋のそぼろあん ・茹でブロッコリー ・揚げとネギの味噌汁	・きつねうどん ・果物		
おやつ	菓子○  			 (0.1歳 菓子)	菓子○  			
日	18	19	20	21	22	23		
乳児						天皇誕生日		
昼食	・ご飯 ・豚肉のアップルジンジャー ・かぼちゃの含め煮 ・ブロッコリーのおかか和え ・かきたま味噌汁	・ご飯 ・鶏肉のネギソース ・大根の煮物 ・胡麻和え ・とろろ昆布汁	△お餅(きなこ・砂糖醤油・納豆・大根おろし) ○そぼろ丼 ・けんちん汁 ・みかん ・納豆	・ご飯 ・鮭のちゃんちゃん焼き ・ハスの金平 ・ひじきともやしのごま和え ・青菜スープ	・サンタライス ・クリスマスミートローフ ・切干大根のサラダ ・キウイ ・かぼちゃポタージュスープ			
おやつ			菓子○  					
日	25	幼児組調理活動	26	27	28	  牛乳  麦茶		
乳児								
昼食	・鮭ご飯 ・クリームシチュー ・大根サラダ ・ミニトマト	・ご飯 ・餃子 ・ナムル ・みかん ・なめこの味噌汁	・おかかご飯 ・鶏肉の米粉グラタン ・五目金平 ・ブロッコリーのごま和え ・豆腐と玉ねぎのすまし汁	・ご飯 ・たらときのこのホイル蒸し ・切干大根の煮物 ・果物 ・ワカメと麩の味噌汁				
おやつ	菓子○  							

* 行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

○は乳児のみ、△は幼児のみの献立となっております。