

# 12月 おしょくじカレンダー



## 完了食

市野谷つばさ保育園

| 曜日  | 月   | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |   |  |   |  |       |  |
|-----|---|----|--|----|--|----|---|--|---|--|-------|--|
| 日   |   |    |  |    | 1  | 2  |   |  |   |  |       |  |
| 乳児  | 12月15日にお餅つきをおこないます！<br>今年は幼児組のみ、給食でお餅を提供する予定なので、お餅を食べたことがあるか・園で提供しても問題はないか再度確認をお願いいたします。<br>12月お誕生日を迎えるお友達(幼児) の☆お名前とそのお子さんが☆リクエストしてくれたメニューが入っています。(日にちは前後することもありますので、ご了承ください。) |    |  |    | 牛乳 菓子  |    | 麦茶 菓子   |  |   |  |       |  |
| 昼食  |   |    |  |    | ・ご飯<br>・赤魚の煮付け<br>・金平ごぼう<br>・あおさ芋<br>・小松菜の味噌汁              |    | お弁当   |  |   |  |       |  |
| おやつ |   |    |  |    | 牛乳 黒糖蒸しパン  |    | 麦茶 菓子   |  |   |  |       |  |
| 日   | 4   | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |   |  |   |  |       |  |
| 乳児  | 牛乳 菓子   |    | 麦茶 ヨーグルト   |    | 牛乳 菓子  |    | 麦茶 ヨーグルト  |  |   |  |       |  |
| 昼食  | ・ご飯<br>・ポークケチャップ<br>・卵の花<br>・春雨のマヨサラダ<br>・切干大根の味噌汁  |    | ・ご飯<br>・ホキの揚げ煮<br>・さつまいものバターミルク煮<br>・キャベツとツナのサラダ<br>・野菜スープ |    | ・わかめご飯<br>・豚バラ大根<br>・きゅうりともやしのナムル<br>・オレンジ<br>・豆腐とえのき茸の味噌汁 |    | ・ご飯<br>・鶏肉のごま味噌焼き<br>★ <b>人参の天ぷら(そうたくん)</b><br>・キャベツとツナのサラダ<br>・わかめのスープ |  | ・ご飯<br>・ハンバーグ<br>・切干大根の煮物<br>・マカロニサラダ<br>★ <b>茄子の味噌汁(ももかちゃん)</b>  |  |       |  |
| おやつ | 牛乳 ひじきおにぎり  |    | 牛乳 青のりもちもちパン   |    | 牛乳 チヂミ   |    | 牛乳 ご飯ピザ   |  | 牛乳 レモンマーガリンサンド  |  |       |  |
| 日   | 11  | 12 | 13   | 14 | 15   | 16 |   |  |   |  |       |  |
| 乳児  | 牛乳 菓子   |    | 麦茶 ヨーグルト   |    | 牛乳 菓子  |    | 麦茶 ヨーグルト  |  | 牛乳 菓子   |  | 麦茶 菓子 |  |
| 昼食  | ・麦飯<br>・豚ひき肉のケチャップ煮<br>・キャベツの磯和え<br>・オレンジ   |    | ・ご飯<br>・さわらのオニマヨ焼き<br>・かぼちゃサラダ<br>・五目煮<br>・白菜の味噌汁          |    | ・ピラフ<br>・鶏肉のマーメレード焼き<br>・たたききゅうり風<br>・オレンジ<br>・コンソメスープ     |    | ・ご飯<br>・肉団子の甘酢あん<br>・ブロッコリーのおかか和え<br>・こふき芋<br>・大根と揚げの味噌汁                |  | △お餅<br>○そぼろ丼<br>・ポイル野菜<br>・みかん<br>・シーチキンの味噌汁  |  | お弁当   |  |
| おやつ | 牛乳 カルビスゼリー  |    | 牛乳 菓子 パナナ  |    | 牛乳 フルーツサンド   |    | 牛乳 五平餅  |  | 牛乳 ドロップクッキー   |  | 麦茶 菓子 |  |
| 日   | 18  | 19 | 20   | 21 | 22   | 23 |   |  |   |  |       |  |
| 乳児  | 牛乳 菓子   |    | 麦茶 ヨーグルト   |    | 牛乳 菓子  |    | 麦茶 ヨーグルト  |  | 牛乳 菓子   |  | 麦茶 菓子 |  |
| 昼食  | ・ご飯<br>・豚肉の生姜焼き<br>・乾物サラダ<br>・野菜ソテー<br>・麩の味噌汁   |    | ・ご飯<br>・鶏の照り焼き<br>・コールスローサラダ<br>・キウイフルーツ<br>・とろろ昆布汁        |    | ・ご飯<br>・肉じゃが<br>・もやしと竹輪の和え物<br>・きりざい<br>・中華スープ             |    | ・ご飯<br>・ネギだれチキン<br>・大根とごぼうのおかか煮<br>・五目和え<br>・えのき茸の味噌汁                   |  | ・ご飯<br>・ふりの照り焼き<br>・かぼちゃのオレンジ煮<br>・白和え<br>・けんちん汁  |  | お弁当   |  |
| おやつ | 牛乳 いももち   |    | 牛乳 いちごジャムサンド   |    | 牛乳 ほうれん草のパンケーキ   |    | 麦茶 フルーツヨーグルト  |  | 牛乳 きつねうどん   |  | 麦茶 菓子 |  |
| 日   | 25  | 26 | 27   | 28 |  |    |   |  |   |  |       |  |
| 乳児  | 牛乳 菓子   |    | 麦茶 ヨーグルト   |    | 牛乳 菓子  |    | 麦茶 ヨーグルト  |  | 日本には冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入るといふ風習があります。かぼちゃにはカロテンが豊富に含まれ、ビタミン不足になりがちなこの時期にはびじりな食材です。かぼちゃを食べて、ゆず湯で身体を温め、元気に冬をすごしましょう！ |  |       |  |
| 昼食  | ・ケチャップライス<br>・照り焼きチキン<br>・ポテトサラダ<br>・オレンジ<br>・クリームスープ   |    | ・ご飯<br>・松風焼き<br>・高野豆腐の煮物<br>・大根サラダ<br>・じゃがたま味噌汁            |    | ・ご飯<br>・白身魚のムニエル<br>・きゅうりとひじきの中華和え<br>・マカロニソテー<br>・コンソメスープ |    | ・ご飯<br>・肉豆腐<br>・小松菜のおかか和え<br>・みかん<br>・白菜と玉ねぎの味噌汁                        |  |   |  |       |  |
| おやつ | 牛乳 クリスマスケーキ   |    | 牛乳 スイートポテト   |    | 牛乳 わかめおにぎり   |    | 牛乳 年越しうどん   |  |   |  |       |  |



\* 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。