12　月　　献立予定表

愛児園平川保育所（2021年度）

日	曜日	午前のおやつ	献立	<あか> 体を丈夫にする	<きいろ> 強い力をつくる	<みどり> 病気から守ってくれる	午後のおやつ
1	水	牛乳 いりこ	白ごはん/豚肉と春雨炒め ほうれん草の納豆和え/白菜の味噌汁/果物	ぶたにく なっとう	こめ はるさめ	ほうれんそう　にんじん はくさい　もやし　しめじ　えのき　ねぎ	牛乳/りんご マヨネーズパン
2	木	牛乳 チーズ	まぜごはん/鮭の照り焼き 柿なます/豆乳味噌汁/果物	あぶらあげ さけ　とうにゅう	こめ こんにゃく	ごぼう　ほししいたけ　にんじん　かき　だいこん きゅうり　かぼちゃ　たまねぎ　こまつな	牛乳/りんご じゃがバター
3	金	牛乳 菓子	白ごはん/鶏肉のコンソメ炒め さつま芋サラダ/大根の味噌汁/果物	とりにく べーこん	こめ さつまいも	きゅうり　にんじん　こーん だいこん　はくさい　わかめ　ねぎ	牛乳/パイン クラッカーサンド
4 11 25	土	お茶 菓子	焼きそば 青じそドレッシングサラダ/果物	ぶたにく	やきそば	たまねぎ　きゃべつ　にんじん　あおのり れたす　きゅうり	お茶 菓子
6	月	牛乳 菓子	きのこごはん/魚のゆかり焼き 大根のおかか和え/豆腐の味噌汁/果物	さかな かつおぶし　とうふ	こめ ごま	きのこ　だいこん　きゅうり　にんじん たまねぎ　はくさい　ねぎ	お茶/みかん カレー蒸しパン
7	火	牛乳 いりこ	パン/コロッケ ブロッコリーサラダ/わかめスープ/果物	あいびきにく たまご	ぱん　ぱんこ じゃがいも	たまねぎ　ぶろっこりー　にんじん　こーん わかめ　もやし　きゃべつ	牛乳/みかん ほうれん草クッキー
8	水	牛乳 菓子	白ごはん/魚の磯辺焼き 白菜とベーコンの炒め煮/味噌汁/果物	さかな べーこん	こめ ふ	あおのり　はくさい　にんじん　こまつな かぼちゃ　たまねぎ　ねぎ	ヨーグルト 菓子
9	木	牛乳 いりこ	白ごはん/豚肉のカレー粉焼き もやしの中華和え/味噌汁/果物	ぶたにく しらす	こめ ごま	もやし　にんじん　ひじき　にら だいこん　きゃべつ　こまつな	牛乳/みかん スィートポテト
10	金	牛乳 バナナ	鶏ぞうすい/里芋と厚揚げの炒め煮 ほうれん草のごま和え/果物	とりにく あつあげ	こめ さといも	だいこん　しいたけ　しめじ　にんじん　ねぎ ほうれんそう　きゃべつ	牛乳/りんご ハムサンドイッチ
13	月	牛乳 チーズ	白ごはん/鮭の塩焼き/ゆでブロッコリー けんちょう煮/ごぼうの味噌汁/果物	さけ とうふ　あぶらあげ	こめ こんにゃく	ぶろっこりー　だいこん　にんじん ごぼう　たまねぎ　わかめ　ねぎ	牛乳/パイン オレンジケーキ
14	火	牛乳 菓子	パン/クリームシチュー ちしゃサラダ/ウィンナー/果物	ぶたにく ういんなー	ぱん じゃがいも	たまねぎ　にんじん　ほうれんそう ちしゃ　みずな　こーん　とまと	牛乳/バナナ きな粉マカロニ
15	水	牛乳 菓子	切り干し大根ごはん/鶏肉のピカタ れんこんの酢の物/豆腐の味噌汁/果物	とりにく　たまご とうふ	こめ こんにゃく	きりぼしだいこん　ほししいたけ　にんじん れんこん　かぶ　きゅうり　たまねぎ　こまつな	ヨーグルト 菓子
16	木	牛乳 バナナ	カレーうどん/こふき芋 ほうれん草のごま和え/果物	ぶたにく あぶらあげ	うどん　ごま じゃがいも	たまねぎ　しいたけ　しめじ　にんじん　ねぎ ほうれんそう　きゃべつ	お茶/みかん おかかむすび
17	金	牛乳 菓子	白ごはん/魚の竜田揚げ ブロッコリーの炒り卵和え/味噌汁/果物	さかな たまご	こめ かたくりこ	ぶろっこりー　にんじん　だいこん　かぶ はくさい　こまつな	牛乳/りんご ジャムサンドイッチ
18	土	お茶 菓子	0、1、2歳の「にこにこひろば」の日です　お土産があります 3、4、5歳の通常保育の子はお弁当の日です				お茶 菓子
20	月	牛乳 菓子	白ごはん/鶏肉の味噌マヨ焼き 白菜のごま和え/すまし汁/果物	とりにく とうふ	こめ ごま	はくさい　にんじん　こまつな だいこん　わかめ　えのき　しめじ　ねぎ	牛乳/みかん りんご蒸しパン
21	火	牛乳 チーズ	ひじきごはん/魚のパン粉焼き 水菜サラダ/ごぼうの味噌汁/果物	あぶらあげ さかな	こめ　こんにゃく ぱんこ	ひじき　ほししいたけ　にんじん　みずな かりふらわー　ごぼう　きゃべつ　ねぎ	牛乳/みかん 大学芋
22	水	牛乳 菓子	白ごはん/豚肉の生姜焼き/南瓜の煮物 ゆずの酢の物/白菜の味噌汁/果物	ぶたにく しらす	こめ ふ	しょうが　かぼちゃ　ゆず　だいこん　にんじん きゅうり　はくさい　ほうれんそう	牛乳/りんご チーズパン
23	木	牛乳 菓子	白ごはん/魚の大根おろし煮 れんこんの和え物/厚揚げの味噌汁/果物	さかな あつあげ	こめ こんにゃく	だいこん　れんこん　ちしゃ　にんじん たまねぎ　しめじ　えのき　こまつな	牛乳/みかん ジャムクッキー
24	金	牛乳 菓子	クリスマス会・誕生会　　お楽しみに！				
27	月	牛乳 いりこ	白ごはん/豚肉のスタミナ焼き 切り干し大根の酢の物/味噌汁/果物	ぶたにく かにかま	こめ ふ	たまねぎ　きりぼしだいこん　きゅうり　わかめ にんじん　はくさい　かぶ　こまつな	牛乳/バナナ キャラメルふ菓子
28	火	牛乳 菓子	年越しうどん/さつま芋の甘煮 ほうれん草のごま和え/果物	ぎゅうにく	うどん　ごま さつまいも	たまねぎ　しいたけ　しめじ　にんじん　ねぎ ほうれんそう　きゃべつ	お茶/パイン わかめむすび