

12 月 献立予定表

愛児園平川保育所 (2023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	金	牛乳 いりこ	切り干し大根ごはん/鶏肉の磯辺焼き さつま芋サラダ/きやべつの味噌汁/果物	あぶらあげ とりにく ベーコン	こめ こんにやく さつまいも	きりぼしだいこん ほししいたけ にんじん あおのり きゅうり きやべつ もやし こまつな	牛乳/パイン オレンジケーキ
2 16	土	お茶 菓子	鶏ぞうすい/きやべつの和え物 里芋の煮物/果物	とりにく	こめ さといも	だいこん にんじん しめじ えのき ねぎ きやべつ ほうれんそう	お茶 菓子
4	月	牛乳 バナナ	クリームスパゲティ/さっぱりサラダ わかめスープ/果物	ぎゅうにゅう ベーコン ういんなー	すばげていー じゃがいも	たまねぎ きのこ ほうれんそう れたす みずな わかめ きやべつ もやし にんじん	お茶/みかん きな粉むすび
5 19	火	牛乳 チーズ	白ごはん/魚の甘酢揚げ 大根のおかか和え/ごぼうの味噌汁/果物	さかな かつおぶし	こめ かたくりこ	だいこん きゅうり にんじん ごぼう たまねぎ はくさい ねぎ	牛乳/りんご ほうれん草クッキー
6 20	水	牛乳 バナナ	パン/ポークケチャップ ブロッコリーサラダ/豆腐スープ/果物	ぶたにく とうふ	ばん びーふん	ぶろっこりー にんじん こーん きやべつ もやし こまつな	牛乳/りんご じゃがバター
7	木	牛乳 チーズ	ひじきごはん/鮭の塩焼き ほうれん草の納豆和え/味噌汁/果物	さけ なっとう	こめ こんにやく じゃがいも	ひじき ほししいたけ にんじん ほうれんそう たまねぎ はくさい ねぎ	牛乳/パイン りんごケーキ
8	金	牛乳 いりこ	白ごはん/鶏肉の味噌ごま焼き もやしの中華和え/そうめん汁/果物	とりにく かまぼこ	こめ ごま そうめん	もやし にんじん いら だいこん しめじ えのき ねぎ	牛乳/みかん スイートポテト
9 23	土	お茶 菓子	焼きそば さっぱりサラダ/果物	ぶたにく	やきそば	きやべつ たまねぎ にんじん あおのり れたす きゅうり みずな こーん	お茶 菓子
11	月	牛乳 菓子	菜めしごはん/豚肉と春雨炒め ほうれん草の白和え/すまし汁/果物	ぶたにく とうふ かまぼこ	こめ はるさめ	ほうれんそう にんじん ひじき はくさい しめじ えのき ねぎ	牛乳/りんご 練乳パン
12	火	牛乳 菓子	白ごはん/鮭の照り焼き/ゆでブロッコリー 大根と鶏肉の煮物/ごぼうの味噌汁/果物	さけ とりにく	こめ ふ	ぶろっこりー だいこん にんじん ごぼう たまねぎ もやし こまつな	牛乳/みかん じゃがもちチーズ
13	水	牛乳 いりこ	カレーうどん/さつま芋の甘煮 白菜のごま和え/果物	ぶたにく あぶらあげ	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 はくさい こまつな	牛乳/バナナ クラッカーサンド
14	木	牛乳 チーズ	まぜごはん/鶏肉のコンソメ炒め 切り干し大根の酢の物/南瓜の味噌汁/果物	あぶらあげ とりにく	こめ ふ こんにやく	ごぼう ほししいたけ にんじん きゅうり きりぼしだいこん かぼちゃ たまねぎ ねぎ	牛乳/りんご きな粉蒸しパン
15	金	牛乳 バナナ	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	ばん じゃがいも	たまねぎ にんじん ぶろっこりー ちしゃ みずな わかめ こーん	牛乳/みかん ジャムクッキー
18	月	牛乳 いりこ	白ごはん/豚肉の大根おろし煮 マカロニサラダ/きやべつの味噌汁/果物	ぶたにく はむ	こめ まかろに	だいこん きゅうり にんじん きやべつ たまねぎ しめじ こまつな	牛乳/みかん カレー蒸しパン
21	木	牛乳 菓子	(冬至)菜めしごはん/鮭の塩焼き ゆず入り酢の物/南瓜の煮物/味噌汁/果物	さけ あぶらあげ	こめ ふ	ゆず だいこん にんじん かぼちゃ はくさい しめじ えのき こまつな	牛乳/バナナ スイートパイ
22	金	牛乳 菓子	クリスマス会・誕生会 お楽しみに！ 				
25	月	牛乳 いりこ	白ごはん/豚肉のピカタ 白菜とツナ煮/さつま芋の味噌汁/果物	ぶたにく たまご つな	こめ さつまいも	はくさい にんじん ほうれんそう だいこん しめじ えのき ねぎ	牛乳/りんご きな粉マカロニ
26	火	牛乳 菓子	パン/魚フライ れんこんサラダ/コンソメスープ/果物	さかな たまご	ばん ばんこ こむぎこ	れんこん ぶろっこりー れたす ひじき にんじん きやべつ もやし こまつな	牛乳/みかん さつま芋もち
27	水	牛乳 菓子	わかめごはん/鶏肉のカレー粉焼き 春雨の酢の物/白菜の味噌汁/果物	とりにく たまご はむ	こめ はるさめ	わかめ きゅうり はくさい もやし にんじん こまつな	ヨーグルト 菓子
28	木	牛乳 いりこ	年越しうどん/さつま芋の甘煮 ほうれん草のおかか和え/果物	ぎゅうにく かつおぶし	うどん 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 きやべつ	牛乳/りんご キャラメルふ菓子