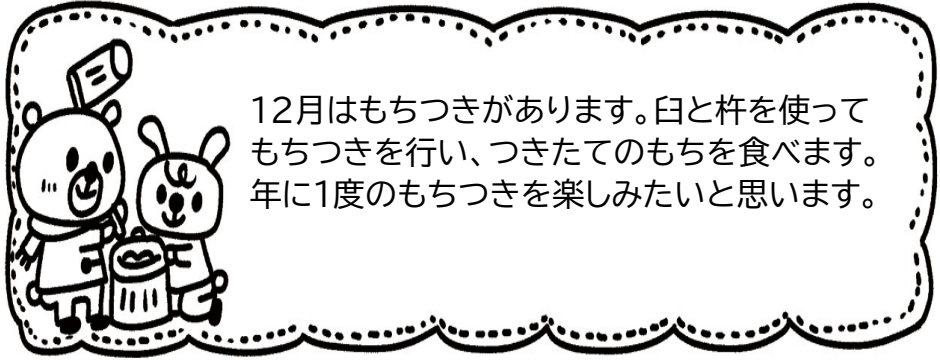




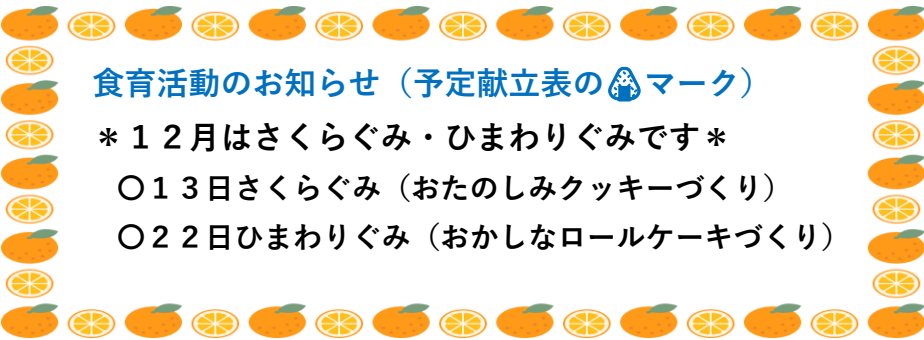
12月予定献立表



日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
1（水）		ごはん／オーロラチキン かきたま汁 りんご	炒	鶏もも みそ たまご いりこ	こめ／かたくり粉 油 三温糖 片栗粉	玉ねぎ 人参 ピーマン し いたけ えのき 玉ねぎ 人参 こねぎ りんご	こしょう 濃口醤油 ケチャップ 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク さつま芋パイ
2（木）	こども 報恩講	おにぎり／ほうとう風うどん ミモザサラダ バナナ	煮	たきこみわかめ／豚肉 油揚げ みそ たまご	こめ／うどん かぼちゃ 三温糖 マヨネーズ	しいたけ 白菜 大根 ブロッコリー コーン トマト バナナ	淡口醤油	牛乳 せんべい	スキムミルク ジャムサンド
3（金）		ピクニック保育		愛情おにぎりday					
4（土）		ごはん／牛肉とごぼうの煮物 ほうれん草の味噌汁 みかんゼリー	煮	牛肉 厚揚げ 油揚げ いりこ みそ	こめ／しらたき ごま 三温糖 じゃが芋 ゼリーの素	ごぼう 人参 ほうれん草 えのき 人参 玉ねぎ みかん	淡口醤油 濃口 醤油	牛乳 ぼうろ	スキムミルク ◎せんべい
6（月）		三色丼 花ふ汁 フルーツヨーグルト	炒	鶏ひき肉 たまご たまご しらす干し いりこ ヨーグルト	こめ 油 三温糖 花ふ 三温糖	しょうが ほうれん草 人参 えのき バナナ 黄桃缶 りんご み かん缶	濃口醤油 淡口醤油	牛乳 ゼリー	スキムミルク たこ焼きポテト
7（火）		ごはん／照り焼きチキン スパゲティサラダ 中華スープ／バナナ	焼	鶏もも ロースハム かにかま たまご	こめ マカロニ マヨネーズ	にんにく きゅうり 人参 レタス 人参 玉ねぎ しめじ コー ン缶 ねぎ もやし／バナナ	淡口醤油 濃口醤油 みりん 中華だし	牛乳 ビスコ	スキムミルク スコーン
8（水）		ごはん／肉豆腐 キャベツの味噌汁 りんご	煮	豚肉 豆腐 たまご 油揚げ いりこ みそ	こめ／三温糖 	玉ねぎ こねぎ えのき キャベツ 玉ねぎ こねぎ りんご	濃口醤油	牛乳 ドーナツ	スキムミルク ☆大豆と小魚
9（木）		ごはん／魚のねぎみそ焼き 春雨の酢の物 かぶと豚肉のスープ／オレンジ	焼	ぶり みそ たまご ロースハム 豚肉	こめ／ごま油 三温糖 はるさめ ごま 三温糖	深ネギ しょうが にんにく きゅうり かぶ 人参 しめじ こねぎ ／オレンジ	淡口醤油 淡口醤油 酢 コンソメ	牛乳 クッキー	スキムミルク きなこマカロニ
10（金）	誕生会	カレーピラフ／フライドチキン グリーンポテト／ブロッコリーサラダ 野菜スープ／乳酸飲料／バナナ		豚ひき肉／鶏肉 牛乳 卵 青のり／ツナ缶	こめ 油 三温糖／小麦 粉 油 じゃが芋 マヨネーズ／ 三温糖	人参 玉ねぎ ピーマン／に んにく レタス ブロッコリー コーン缶 玉ねぎ 人参 キャベツ／バ ナナ	カレー粉 淡口醤油／ コンソメ スパイス 淡口醤油 酢 鶏がらスープ		スキムミルク シュガートースト
11（土）		ごはん／かに玉のオープン焼き スタミナサラダ わかめの味噌汁／キウイ	焼	かにかま たまご 鶏ささみ 豆腐 わかめ いりこ みそ	こめ／マヨネーズ ごま油 三温糖	にら もやし 人参 大根 ラディッシュ きゅうり 玉ねぎ トマト にんにく しょうが しめじ えのき 人参／キウ イ	淡口醤油 酢 淡口醤油	牛乳 せんべい	スキムミルク ◎サブレ



12月はもちつきがあります。臼と杵を使ってもちつきを行い、つくたてのもちを食べます。年に1度のもちつきを楽しみたいと思います。



食育活動のお知らせ（予定献立表の🍷マーク）

＊12月はさくらぐみ・ひまわりぐみです＊

○13日さくらぐみ（おたのしみクッキーづくり）

○22日ひまわりぐみ（おかしなロールケーキづくり）



（お知らせとお願い）

☆3日はピクニック保育/愛情おにぎりdayです。
おにぎりとおやつ準備をお願いします。

☆10日は誕生会です。



※3時のおやつ◎マークは市販のお菓子です。

※0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。

※☆マークはカミカミメニューです。

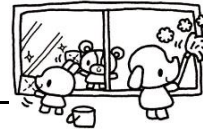
※🍷マークは食育活動です。

※予定献立表は裏面に13日から28日までを記載してあります。

※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。





日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
13（月）	クッキング（さくら）	おにぎり／ちゃんぽん 元気もりもりサラダ りんご	煮	豚肉 かまぼこ わかめ しらす干し	こめ／中華麺 ごま ごま油 三温糖	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし コーン缶 枝豆 人参 きゅうり レタス 玉ねぎ りんご	食塩／白湯 濃口醤油 酢	牛乳 バナナ	スキムミルク クッキー／  お楽しみクッキー（さくら）
14（火）		ごはん／ふわふわエビカツ コーンスープ バナナ	揚	えび はんぺん 豆腐 たまご たまご いりこ	こめ／小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 片栗粉	玉ねぎ キャベツ 人参 人参 玉ねぎ コーン・クリームコーン缶 えのき バナナ	酒 食塩 ケチャップ 淡口醤油	牛乳 アスパラガス	スキムミルク 五平もち風 おにぎり
15（水）	別名「がんもどき」です  報恩の日	ごはん／鮭ときのこのグラタン ほうれん草スープ みかん	焼	鮭 牛乳 チーズ かまぼこ たまご いりこ	こめ／バター じゃがいも	しめじ 玉ねぎ コーン缶 ほうれん草 えのき 人参 みかん	コンソメ 淡口醤油	牛乳 ゼリー	スキムミルク 牛乳ふくれ
16（木）		ひじきごはん ひりゅうず もやしの味噌汁／りんご	揚	ひじき 大豆 豆腐 油揚げ いりこ みそ	こめ こんにゃく 油 三温糖 小麦粉 片栗粉 油 じゃが芋	人参 ピーマン 人参 しいたけ こぼう 長いも もやし こねぎ／りんご	濃口醤油 淡口醤油 かつおだし 淡口醤油	牛乳 ぶくっこどうぶつ	スキムミルク 人参ホットケーキ
17（金）		ごはん／煮込みハンバーグ グリーンソテー／コロコロ芋 青のりのすまし汁／オレンジ	煮	牛ひき肉 豚ひき肉 牛乳 たまご 豆腐 青さ かまぼこ いりこ	こめ／パン粉 三温糖 さつまいも	玉ねぎ ほうれん草 コーン たまねぎ オレンジ	ソースケチャップ酒こしょう 濃口醤油 こしょう 淡口醤油	牛乳 ぼうろ	スキムミルク かるかん
18（土）		ごはん／すき焼き風煮 大根と卵のスープ バナナ	煮	牛肉 豆腐 たまご	こめ／しらたき うどん 三温糖	人参 白菜 大根 人参 コーン缶 玉ねぎ バナナ	濃口醤油 淡口醤油 コンソメ	牛乳 ゼリー	スキムミルク ◎ドーナツ
20（月）		パン／スパゲティナポリタン クリームスープ りんご	炒	ウィンナー	パン／スパゲティ 油 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン・クリームコーン缶 玉ねぎ 人参 りんご	ケチャップ シチューの素	牛乳 ビスケット	スキムミルク おいもフライ
21（火）		ごはん／魚のカレー竜田揚げ 菜の花風サラダ もやしのスープ／みかん	揚	さば たまご	こめ／三温糖 かたくり粉 油 マヨネーズ	しょうが レタス きゅうり 玉ねぎ 人参 もやし えのき 人参 こねぎ／みかん	カレー粉 みりん コンソメ	牛乳 バナナ	スキムミルク 豆腐ドーナツ
22（水）	クッキング（ひまわり）	ごはん／おでん しめじの味噌汁 バナナ	煮	たまご 厚揚げ 鶏肉 豆腐 いりこ みそ	こめ／こんにゃく 三温糖	大根 人参 しめじ 玉ねぎ こねぎ バナナ	おでんの素 淡口醤油	牛乳 お野菜ポテト	スキムミルク  おかしなロールケーキ
23（木）		ごはん／豆腐ナゲット 春雨スープ キウイ	揚	鶏ひき肉 豆腐 たまご いりこ 	こめ／小麦粉 マヨネーズ 油 はるさめ	キャベツ 人参 コーン缶 人参 小松菜 えのき しめじ 白菜 キウイ	食塩 ケチャップ 淡口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク ヨーグルト マフィン
24（金）	 もちつき	ハヤシライス フルーツヨーグルト	煮	牛肉  ヨーグルト	こめ じゃが芋 油 はちみつ	玉ねぎ しめじ 人参 バナナ モモ缶 りんご みかん缶	ハヤシルウ	牛乳 せんべい	スキムミルク ☆じゃこトースト
25（土）	半日保育	スタミナ丼 わかめスープ りんご	炒	豚肉 みそ わかめ たまご いりこ	こめ ごま油 三温糖 ごま じゃが芋	玉ねぎ しめじ キャベツ 人参 ピーマン しょうが にんにく えのき 人参 玉ねぎ りんご	濃口醤油 みりん 淡口醤油	ビスケット	
27（月）		ごはん／コロッケ なすの味噌汁 バナナ	揚	豚ひき肉 たまご 豆腐 わかめ いりこ みそ	こめ／じゃが芋 小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ 人参 レタス トマト なす たまねぎ しめじ バナナ	こしょう	牛乳 せんべい	◎ビスケット フルーツゼリー
28（火）		巻きずし 年越しうどん カルピス	煮	焼きのり たまご 魚肉ソーセージ 油揚げ かまぼこ	こめ 油 マヨネーズ 三温糖 うどん 三温糖 カルピス	レタス きゅうり こねぎ 	酢 淡口醤油	牛乳 ゼリー	スキムミルク シフォンケーキ （フルーツ添え）

