



| 日     | 行事         | 献立名                                       | おもな調理法 | 食品名                              |                                |                                                                   |                               |  | おやつ          |                          |
|-------|------------|-------------------------------------------|--------|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--|--------------|--------------------------|
|       |            |                                           |        | からだをつくる                          | 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（月）  |            | ご飯/チキンチキンごぼう<br>なすの味噌汁<br>バナナ             | 揚      | 鶏肉<br>わかめ みそ                     | こめ/油 片栗粉 みりん<br>マヨネーズ<br>油揚げ   | ごぼう 枝豆 レタス トマト<br>なす 玉ねぎ しめじ<br>バナナ                               | 濃口醤油                          |  | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>シュガー<br>トースト   |
| 2（火）  |            | ご飯/ポテトミートのチーズ焼き<br>コーンスープ<br>りんご          | 焼      | 牛乳 豚ひき肉<br>チーズ<br>たまご            | こめ/じゃが芋 バター<br>片栗粉             | 玉ねぎ ブロッコリー<br>にんじん 玉ねぎ クリーム<br>・コーン缶<br>りんご                       | ケチャップ<br>淡口醤油                 |  | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>☆焼きおにぎり        |
| 3（水）  |            | プルコギ丼<br>はんぺんのすまし汁<br>キウイ                 | 炒      | 牛・豚肉 みそ<br>はんぺん わかめ              | こめ ごま みりん<br>三温糖               | にんにく 玉ねぎ 人参 も<br>やし ピーマン しめじ<br>えのき 人参<br>キウイ                     | 濃口淡口醤油<br>淡口醤油                |  | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>豆腐ドーナツ         |
| 4（木）  | こども<br>報恩講 | ご飯/サバとポテトの甘酢あん<br>浅漬け/きのこの味噌汁<br>みかん      | 揚      | さば<br>みそ 厚揚げ                     | こめ/じゃが芋 片栗粉<br>油 みりん           | きゅうり/しいたけ 玉ねぎ<br>白菜 人参 こねぎ<br>みかん                                 | ケチャップ 酢<br>濃口醤油               |  | 牛乳<br>ボーロ    | フルーツ<br>ヨーグルト            |
| 5（金）  | 誕生会<br>    | サンドイッチ<br>フライドチキン/ポテトサラダ<br>クリームスープ/ゼリー   | 揚      | たまご ツナ缶<br>鶏肉 たまご<br>牛乳          | 食パン マヨネーズ<br>小麦粉 油<br>ベーコン/ゼリー | にんにく/きゅうり にんじん<br>コーン缶 レタス<br>玉ねぎ にんじん クリーム<br>缶                  | コンソメ 食塩<br>クリームシチュー           |  | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>アップルケーキ        |
| 6（土）  |            | 麻婆丼<br>中華スープ<br>オレンジ                      | 煮      | 豚ひき肉<br>かにかま たまご                 | こめ 豆腐 片栗粉<br>三温糖               | にんじん 玉ねぎ 椎茸 にんにく<br>・深ネギ しょうが<br>にんじん 玉ねぎ しめじ<br>コーン缶 もやし<br>オレンジ | だし 濃口醤油<br>中華だし 淡口醤油          |  | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>◎えびせん          |
| 8（月）  |            | ご飯/お好み焼き<br>小松菜の味噌汁<br>りんご                | 焼      | 豚肉 むきエビ たまご<br>青のり かつお節<br>豆腐 みそ | こめ/小麦粉 マヨネーズ                   | キャベツ 人参 長いも<br>ピーマン こねぎ<br>人参 小松菜 玉ねぎ<br>りんご                      | ソース                           |  | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>きなこマカロニ        |
| 9（火）  |            | ご飯/鮭の塩焼き<br>ミモザのサラダ<br>きのこのスープ/バナナ        | 焼      | 鮭<br>たまご                         | こめ/<br>マヨネーズ                   | ブロッコリー コーン缶 トマト<br>えのき 人参 しいたけ しめじ<br>こねぎ 玉ねぎ/バナナ                 | 食塩<br>淡口醤油                    |  | 牛乳<br>アスパラガス | スキムミルク<br>ココアクッキー        |
| 10（水） |            | ビビンバ丼<br>青のりのすまし汁<br>みかん                  | 和      | 豚ひき肉 たまご<br>豆腐 青さのり<br>かまぼこ      | こめ ごま油 ごま<br>三温糖<br>           | ほうれん草 人参 大根 きゅうり<br>もやし にんにく<br>えのき<br>みかん                        | 濃口淡口醤油<br>淡口醤油                |  | 牛乳<br>ビスコ    | スキムミルク<br>☆さつまいも<br>チップス |
| 11（木） |            | ご飯/切り干し大根の炒め<br>さつま汁<br>キウイ               | 炒      | さつまあげ たまご<br>鶏肉 みそ 厚揚げ           | こめ/三温糖<br>さつまいも                | 切り干し大根 人参<br>ピーマン<br>人参 大根 ごぼう こねぎ<br>キウイ                         | 淡口醤油                          |  | 牛乳<br>クッキー   | スキムミルク<br>ぎょうざピザ         |
| 12（金） |            | ご飯/チキンのトマト煮<br>じゃが芋とコーンのソテー<br>わかめスープ/りんご | 煮      | 鶏肉<br>わかめ たまご                    | こめ/小麦粉<br>じゃが芋<br>             | 玉ねぎ トマト缶<br>コーン缶<br>えのき 人参 玉ねぎ/りんご                                | ケチャップ<br>コンソメ<br>こしょう<br>淡口醤油 |  | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>ヨーグルト<br>ケーキ   |
| 13（土） |            | ご飯/豚肉と白菜の中華炒め<br>里芋の味噌汁<br>バナナ            | 炒      | 豚肉<br>みそ 厚揚げ                     | こめ/<br>里芋 厚揚げ                  | 白菜 玉ねぎ 人参 コーン缶<br>しめじ にんにく<br>玉ねぎ えのき こねぎ<br>バナナ                  | 中華だし 淡口醤油<br>                 |  | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>◎せんべい          |



## もちつき体験



12月23日はもちつきです。「田植え・稲刈り体験」で子どもたちが収穫したもち米でもちつきを行います。醤油味やきな粉味のもちをみんなで食べます。

※もちを食べるときは  
少量ずつ食べるように  
声かけをして、見守りますね😊



## 食育活動・クッキング のお知らせ

※12月はさくらぐみ  
ひまわりぐみです※

〇18日 さくらぐみ(おかしの家)

〇25日 ひまわりぐみ(パンケーキ)



## （お知らせとお願い）

☆5日は誕生会です。  
☆17日はおにぎりdayです。  
おにぎりとおやつの準備をお願いします。  
☆23日はもちつきです。  
※職員誕生日リクエストメニュー✳  
◎19日：〇〇〇〇先生



※午後のおやつの◎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15日から31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                      |
| 15（月）                                                                                            | 報恩の日        | おにぎり/カレーうどん<br>海藻サラダ<br>オレンジ                                                                                              | 煮      | わかめ                                                                                 | こめ/干うどん 油揚げ                           | 玉ねぎ 人参 しめじ こねぎ<br>トマト レタス コーン缶<br>きゅうり<br>オレンジ | カレールウ<br>めんつゆ                                                                                 | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>揚げパン          |
| 16（火）                                                                                            |             | ご飯/コロツケ<br>わかめの味噌汁<br>みかん                                                                                                 | 揚      | 豚ひき肉 たまご<br>わかめ みそ                                                                  | こめ/じゃが芋 小麦粉<br>パン粉 油 マヨネーズ            | 玉ねぎ 人参 レタス<br>トマト<br>えのき もやし<br>みかん            | こしょう<br>ケチャップ                                                                                 | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>焼き団子          |
| 17（水）                                                                                            | おにぎりday     |  マラソン大会リハーサル おにぎりday ※おにぎりとおやつの準備をお願いします |        |                                                                                     |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |
| 18（木）                                                                                            | クッキング（さくら）  | コッペパン/マカロニシチュー<br>ひじきとほうれん草の鉄分サラダ<br>キウイ                                                                                  | 煮      | 鶏肉 牛乳<br>ひじき ツナ缶                                                                    | パン/マカロニ<br>ごま 三温糖 マヨネーズ               | 人参 玉ねぎ<br>ほうれん草 コーン缶 人参<br>キウイ                 | クリームシチュー<br>淡口醤油                                                                              | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>△おかしの家        |
| 19（金）                                                                                            | 先生          | ご飯/カジキと大豆の甘辛炒め<br>ブロッコリーのツナサラダ<br>青のりのすまし汁/りんご                                                                            | 揚      | カジキ 大豆<br>ツナ缶<br>豆腐 青さのり<br>かまぼこ                                                    | こめ/片栗粉 三温糖<br>みりん<br>マヨネーズ            | ブロッコリー コーン缶<br>えのき もやし/りんご                     | 淡口濃口醤油<br>こしょう<br>淡口醤油                                                                        | 牛乳<br>アスパラガス | スキムミルク<br>メロンパン<br>トースト |
| 20（土）                                                                                            | 半日保育        |  マラソン大会 ※パンと飲み物を持ち帰りします                |        |                                                                                     |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |
| 22（月）                                                                                            |             | ご飯/はんぺんのチーズフライ<br>たまごスープ<br>みかん                                                                                           | 揚      | はんぺん 粉チーズ<br>たまご<br>たまご                                                             | こめ/小麦粉 パン粉<br>マヨネーズ                   | キャバツ 人参 コーン缶<br>玉ねぎ 人参 しめじ 小松菜<br>みかん          | ケチャップ<br>コンソメ                                                                                 | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>マーブルケーキ       |
| 23（火）                                                                                            | もちつき        | ちゃんぽん<br>フルーツヨーグルト                                                                                                        |        | 豚肉<br>ヨーグルト                                                                         | 中華麺<br>三温糖                            | キャバツ 人参 玉ねぎ<br>コーン缶 もやし<br>バナナ モモ・みかん・パイ<br>ン缶 | 白湯                                                                                            | 牛乳           | スキムミルク<br>マシュマロおこし      |
|  もちつきでおもちをたべます |             |                                                                                                                           |        |  |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |
| 24（水）                                                                                            | クッキング（ひまわり） | ケチャップライス<br>春雨サラダ<br>コーンポタージュ/バナナ                                                                                         | 炒      | 豚ひき肉 ウィンナー<br>ハム たまご<br>牛乳                                                          | こめ<br>春雨 三温糖 ごま<br>ごま油                | 玉ねぎ 人参 ピーマン<br>きゅうり<br>コーン缶 人参/バナナ             | ケチャップ<br>酢 鶏ガラ 淡口醤油<br>コーンポタージュ                                                               | 牛乳<br>ゼリー    | スキムミルク<br>△パンケーキ        |
| 25（木）                                                                                            |             | ご飯/豚じゃが<br>キャバツの味噌汁<br>リンゴジュース                                                                                            | 煮      | 豚肉 厚揚げ<br>みそ                                                                        | こめ/じゃが芋 しらたき<br>三温糖<br>油揚げ<br>リンゴジュース | 人参 玉ねぎ<br>えのき キャバツ 玉ねぎ<br>こねぎ                  | 淡口醤油<br> | 牛乳<br>ビスケット  | スキムミルク<br>◎せんべい         |
| 26（金）                                                                                            | 終業式         | おにぎり/鶏肉のカレーから揚げ<br>年越しうどん<br>りんご                                                                                          | 揚      | ふりかけ/鶏肉<br>かまぼこ わかめ                                                                 | こめ/三温糖 ごま油 片栗粉<br>油 マヨネーズ<br>うどん      | にんにく キャバツ コーン缶<br>人参 トマト<br>人参<br>りんご          | 淡口醤油<br>カレー粉<br>淡口醤油                                                                          | 牛乳<br>せんべい   | スキムミルク<br>☆じゃこトースト      |
| 27（土）                                                                                            |             | 魚フライ丼<br>ポトフ風スープ<br>みかん                                                                                                   | 揚      | さけ たまご<br>ウィンナー 鶏肉                                                                  | こめ 小麦粉 パン粉<br>油 みりん 三温糖<br>じゃが芋       | レタス トマト<br>人参 大根 玉ねぎ<br>みかん                    | こしょう 濃口醤油<br>コンソメ                                                                             | 牛乳<br>ビスケット  | フルーツゼリー<br>◎ビスケット       |
| 29（月）                                                                                            |             | 休 園 日                                                                                                                     |        |                                                                                     |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |
| 30（火）                                                                                            |             | 休 園 日                                                                                                                     |        |                                                                                     |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |
| 31（水）                                                                                            |             | 休 園 日                                                                                                                     |        |                                                                                     |                                       |                                                |                                                                                               |              |                         |

