

12月献立表

(旬の食材)

(大根・かぼちゃ・かぶ・季節の柑橘)

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	玄米ごはん 鶏肉のレモン煮 さつま芋のサラダ 汁物	玄米ごはん 回鍋肉 チンゲン菜のごま和え スープ	カレーライス ツナサラダ りんご	玄米ごはん ちくわの磯辺揚げ 白和え みかん	玄米ごはん つくねの照り煮 野菜炒め 汁物	わかめごはん 牛肉のソース煮 グリーンサラダ
15時	牛乳 菓子	牛乳 おからマフィン	牛乳 菓子	牛乳 クリームパン	ビーフン	牛乳 菓子
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	玄米ごはん 豚肉の香味焼き キャベツの甘酢和え スープ	玄米ごはん かぼちゃコロッケ レタスサラダ バナナ	玄米ごはん 牛肉のもろみ煮 小松菜のごま和え みそ汁 (ししゃも)	玄米ごはん 大根のそぼろ煮 もやしの酢和え 汁物	パン・牛乳 鶏肉のケチャップ煮 キャベツサラダ りんご	ごはん 厚揚げの煮物 きゅうりのごま和え
15時	牛乳 菓子	牛乳 菓子	牛乳 スイートポテト	牛乳 バターサブレ	雑炊	飲むヨーグルト 菓子
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳(食育の日)	牛乳	
昼食	玄米ごはん 牛肉のねぎ焼き 大根サラダ みそ汁 (納豆)	玄米ごはん 豚肉の中華煮 キャベツのマリネ みかん	玄米ごはん サバの味噌煮 小松菜のサラダ スープ	わかめごはん 鶏肉のからあげ かぼちゃサラダ バナナ	焼き豚丼 もやしのごま和え おかずいりこ	(お楽しみ会)
15時	牛乳 ココアホットケーキ	焼きそば	牛乳 菓子	牛乳 チーズケーキ	牛乳 菓子	
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	パン・牛乳 ハンバーグ マカロニサラダ りんご	玄米ごはん 豚肉の甘辛煮 かぶの和え物 汁物	リースピラフ 鶏肉の照り焼き スターポテトサラダ バナナ	玄米ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ハムサラダ 汁物	肉うどん 小松菜のお浸し みかん	ゆかりごはん 豚肉のごま焼き フレンチサラダ
15時	おにぎり(栄養満点)	牛乳 ベーコン蒸しパン	牛乳 クリスマスプチケーキ	牛乳 菓子	牛乳 菓子	野菜ジュース 菓子
	30日(月)	31日(火)	日()	日()	日()	日()
10時						
昼食						
15時						

- ・材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。
- ・11日のししゃもは、ぺんぎん・らいおん組、16日の納豆はらいおん組が食べます。
- ・パンの日について・・・こあら・りす組はロールパン、あひる・ぺんぎん・らいおん組は米粉パンになります。
- ・今月の食育の日(19日)お昼はあひる組のリクエストメニュー、おやつは子育ての先生のリクエストメニューです。
- ・菓子の日の1階クラスは2, 3種類の中から好きなお菓子を選べます。

