

12月 幼児食献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	米飯 チキンオーブン焼き ツナじゃが炒め ふじりんごゼリー みそ汁 (もやし・いんげん)	米飯 カレイのみぞれあんかけ ひじき炒り豆腐 マスカットゼリー みそ汁 (白菜・庄内麩)	みそラーメン 餃子 人参しりしり 野菜&果実 ピーチ	バターロール (りんごジャム) ミートボールのブラウンシチュー マカロニサラダ パインゼリー	米飯 鮭チーズフライ 稲庭バンバンジー風サラダ 牛乳プリン みそ汁 (オクラ・白玉麩)	米飯 麻婆豆腐 ナムル 果物缶 (フルーツミックス) 中華スープ (エリンギ・コーン)
	ココアチュロス	バウムクーヘン	クリームパン	肉まん	バナナケーキ	コーンポタージュせん 白い風船
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
米飯 おさかなふりかけ 鶏肉のトマトソース プロッコリーサラダ ももゼリー みそ汁 (かぶ・あおさ)	米飯 サバのカレーマヨ焼き あんかけ卵豆腐 森永カルシウムヨーグルト みそ汁 (もやし・オクラ)	米飯 豚肉のスタミナ炒め さつまいもの煮物 果物缶 (白桃・みかん) みそ汁 (切干大根・葉大根)	米飯 チキン南蛮 枝豆サラダ フルーチェ メロン味 コンソメスープ (えのき・水菜)	米飯 赤魚のみりん焼き 稲庭うどんちゃんぶる 青りんごゼリー みそ汁 (玉ねぎ・小松菜)	米飯 中華煮 もやしの胡麻しょうゆ和え ジョア わかめスープ (わかめ・大根)	米飯 鶏つくね焼き 春雨サラダ ぶどうゼリー みそ汁 (豆腐・なめこ)
いちごスティック	手作りじゃがりこ	かぼちゃマフィン	カステラ	ももタルト	ぱりんこ ビスコ (いちごクリーム)	焼きドーナツ (ココア)
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
米飯 タラのごま味噌焼き 根菜のきんぴら りんごヨーグルト みそ汁 (じゃが芋・わかめ)	食パン (いちごジャム) ポークチャップ コールスローサラダ バナナ ほうれん草と卵のスープ	米飯 親子煮 すき昆布の煮物 レアチーズイチゴ 具だくさん汁	米飯 カレイの野菜あんかけ 稲庭うどん和風サラダ フルーツミックスゼリー みそ汁 (白玉麩・いんげん)	米飯 チキンカツ アスパラベーコン炒め 牛乳プリン みそ汁 (白玉麩)	ひき肉野菜カレー プロッコリーツナサラダ 野菜&果実 グレープ コンソメスープ (もやし・わかめ)	米飯 サバの味噌煮 切干大根マヨ醤油サラダ フルーチェ ピーチ味 すまし汁 (花麩・水菜)
ドームケーキ (カスター)	みそ焼きおにぎり	牛乳ケーキ	りんごタルト	おふラスク (ハート)	マシュマロサンド	たいやき (カスター)
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
米飯 鶏肉のちゃんちゃん焼き 春雨の酢の物 果物缶 (黄桃・パイン) みそ汁 (高野豆腐・葉大根)	米飯 鮭の幽庵焼き かぼちゃの含め煮 みかんゼリー けんちん汁	3色そぼろ丼 稲庭カレーサラダ 森永カルシウムヨーグルト みそ汁 (オクラ・なめこ)	リース型ピラフ 照り焼きチキン ボテトサラダ クリスマスデザート ポトフ風スープ	ジャージャー麺 人参しりしり (ツナ) 鉄分カルシウム入りチーズ 中華スープ (小松菜・えのき)	米飯 赤魚のきのこクリームソース さつまいもサラダ フルーチェ ぶどう味 みそ汁 (大根・ふのり)	米飯 おさかなふりかけ タンドリーチキン 切干大根とかにかまのサラダ ピーチゼリー みそ汁 (もやし・キャベツ)
ハッピーターン マンナウェファー	一口ラスク	ととやき (いちご)	ツリーケーキ	マシュマロおこし	カスター ワッフル	ブルーベリータルト
28日	29日	30日	31日			
米飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え バナナ みそ汁 (かぶ・油揚げ)	わかめごはん えびフライとコロッケ れんこんサラダ ラ・フランスゼリー 卵スープ (卵・えのき・小松菜)	米飯 タラのマヨコーン焼き 花野菜とウインナーのコンソメ煮 フルーチェ りんご味 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	年越しうどん 2色焼売 人参じやこ炒め ジョア			
雪の宿	ロールケーキ (いちご)	ドーナツ	スイートポテト			

今年の冬至は12月22日です！

12月22日は「冬至」です。1年の中で1番昼が短く、夜が長いといわれています。

昔から元気に過ごせるように、かぼちゃを食べたりゆず湯に入るという習わしがあります。

また冬至には「運」がつくように名前に「ん」がつく食べ物を食べると良いといわれています。

給食でも「なんきん (かぼちゃ)」、「れんこん」、「にんじん」を取り入れたメニューを予定しています。

ご家庭でも冬至について子どもたちと話しながら、季節の移り変わりを感じてみてはいかがでしょうか。

