

12月行事・献立予定

令和5年度 ふたば保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	金		焼鯖 ブロッコリーのおかか和え 生揚げの味噌汁 パナナ	鯖 ブロッコリー かつお節 人参 玉ねぎ 生揚げ わかめ パナナ	牛乳 りんご	牛乳 かみかみボン菓子
2	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース ソフトあられ
4	月		野菜ラーメン ほうれん草の中華サラダ チーズ みかん	中華めん 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 卵 チーズ みかん	牛乳 米菓子	豆乳 せんべい
5	火	生活発表会総練習	キーマカレー 人参サラダ コンソメスープ オレンジ	豚肉 玉ねぎ 人参 人参 きゅうり レーズン チーズ 人参 玉ねぎ コーン パセリ オレンジ	りんごジュース	飲むヨーグルト ビスケット
6	水		ハンバーグ ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ パナナ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 ブロッコリー キャベツ ツナ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 おからドーナツ
7	木		鮭の塩焼き キャベツサラダ じゃが芋の味噌汁 オレンジ	鮭 キャベツ 人参 ハム コーン きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かりんとう
8	金	布団持ち帰り	揚げ餃子 伴三条 わかめの中華スープ パナナ	豚肉 玉ねぎ 筍 ねぎ 椎茸 生姜 春雨 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 チーズ	牛乳 かみかみ小魚
9	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース クラッカー
11	月		たらこパスタ ボイル野菜のドレッシングサラダ 白菜のコンソメスープ みかん	スパゲティ たらこ ブロッコリー 人参 キャベツ 白菜 玉ねぎ 人参 みかん	牛乳 りんご	牛乳 きな粉トースト
12	火		鱈のカラフル焼き かぼちゃの甘煮 ほうれん草の白和え かき玉汁 パナナ	たら ビーマン パプリカ 南瓜 ほうれん草 人参 ひじき 豆腐 蒟蒻 ごま 白菜 人参 ねぎ 卵 パナナ	牛乳 スティックパン	牛乳 さつま芋の 塩キャラメル
13	水	生活発表会	ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 しめじ コーン ブロッコリー きゅうり 人参 オレンジ	りんごジュース	ひじきおにぎり
14	木	わくわく交流会(岸小5年)	おでん ゆでブロッコリー 花魁のすまし汁 グレープフルーツ	鶏肉 大根 人参 昆布 蒟蒻 ちくわ ブロッコリー 玉ねぎ わかめ 花魁 ねぎ グレープフルーツ	牛乳 小魚	牛乳 肉まん
15	金	避難訓練	コロッケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 オレンジ	じゃが芋 さつま芋 豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ハム 白菜 人参 生揚げ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみせんべい
16	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース せんべい
18	月		焼きそば ウィンナー ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 パナナ	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり ウィンナー ブロッコリー 大根 油揚げ ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 カルシウムウエハース
19	火	運動教室(きりん) 食育の日	★鮭の豆乳マヨ焼き ★すろっほ 味噌汁 みかん	鮭 豆乳 梅 大根 人参 油揚げ 高野豆腐 ほうれん草 みかん	牛乳 パナナ	★さつまきな粉
20	水		高野豆腐の煮物 ブロッコリーのオーロラソース和え じゃが芋のみそ汁 パナナ	高野豆腐 鶏肉 かぶ 人参 コーン しいたけ ブロッコリー じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 みかん	牛乳 ビザトースト
21	木	交通安全指導	肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 りんご	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 蒟蒻 いんげん かに蒲鉾 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ りんご	豆乳 せんべい	牛乳 かみかみビスケット
22	金	クリスマス会・誕生会 布団持ち帰り	☆ クリスマスランチ☆	鶏肉 鶏肉 玉ねぎ 人参 バター グリンピース ブロッコリー 人参 じゃが芋 人参 きゅうり パプリカ スパゲティ にんにく いちご	ヨーグルト	牛乳 ショートケーキ
23	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース サブレ
25	月		天ぷらうどん おさかなふりかけ (野菜かき揚げ) ほうれん草のごま和え みかん	うどん なると ねぎ 鰹節 ごま 海苔 玉ねぎ 人参 春菊 ほうれん草 小松菜 人参 もやし 胡麻 みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 ホットケーキ
26	火	大掃除	大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 パナナ	大根 ねぎ 豚肉 人参 蒟蒻 ブロッコリー 人参 かつお節 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ パナナ	牛乳 ウエハース	カルシウムせんべい
27	水		ミートボールのケチャップ和え ボイルキャベツ 甘煮豆 卵スープ オレンジ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ 椎茸 キャベツ 金時豆 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 クッキー
28	木	保育納め	ポークカレー 野菜のドレッシングサラダ チーズ パイン	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ 人参 大根 ハム チーズ パイン	牛乳 クッキー	マカロニあべ川

クリスマスランチ・・・チキンカツ チキンライス ポテトサラダ スパソテー ブロッコリーサラダ いちご

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1歳児の主食は70gです。

今月の果物は、りんご、バナナ、オレンジ、パイン、みかん、いちご、グレープフルーツを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。