

おいしいきゅうしょく 12月



—こんげつのもくひょう—
偏食をしないで正しい生活習慣ができるようにする



兵庫保育園

日	曜日	今日のおかず	ごはん パン	ゆめ・もも・ばらぐみの追加のおかず		3時のおやつ	行事	
				追加食	10時のおやつ			
1	日							
2	月	中華風コーンスープ、うどんのさっぱり和え、豆腐の煮物、果物	食パン	南瓜のチーズ焼き	牛乳 いりこ	ミルク フルーツヨーグルト	朝礼	
3	火	揚げ魚のおろし煮、さつま芋のヨーグルトサラダ、ふのみそ汁、果物	ごはん	青菜ごはん、 チーズ	牛乳 いりこ	ミルク 塩バタークッキー		
4	水	ウインナーピラフ、春雨の和え物、厚揚げのすまし汁、果物	ウインナー ピラフ	魚の照り焼き	トマトジュース	ミルク コーンマヨピザ		
5	木	高野豆腐の卵とじ、鶏肉のパーベキューソース焼き、白菜スープ、果物	ごはん	野菜のごま和え	牛乳 いりこ	ミルク あんホイップ		
6	金	チキンのカレークリームグラタン、キャベツのコンソメ煮、わかめのすまし汁、果物	ロールパン	トマト	牛乳 いりこ	ミルク おかし、プルーン	爪切りチェックの日	
7	土	第 24 回 生 活 発 表 会						
8	日							
9	月	さつま芋のクリームシチュー、じゃこスパゲティ、レバーのケチャップ煮、果物	ミルクパン	卵焼き	牛乳 いりこ	ミルク 金時豆蒸しパン		
10	火	魚の天ぷら、大根金平、イタリアンスープ、果物	ごはん	豆腐のおかか煮	牛乳 いりこ	ミルク チーズケーキ		
11	水	カレーライス、マカロニサラダ、幼児牛乳、果物	カレーライス	小松菜のミルク煮	野菜ジュース	ミルク 卵サンド	体育教室 (さくら・ゆり)	
12	木	煮魚、チャンプルー、大根のみそ汁、果物	ごはん	野菜のゆかり和え	牛乳 いりこ	ミルク 牛乳もち	もちつき会	
13	金	ベーコンエッグ、ジャーマンポテト、チンゲン菜の豆乳スープ、果物	食パン	塩焼きそば	牛乳 いりこ	手作りヨーグルト おかし	爪切りチェックの日	
14	土	ちゃんぽん、ひじきの煮物、チーズ、果物	ちゃんぽん	じゃが芋の 磯辺和え	牛乳	おかし		
15	日							
16	月	吉野汁、白菜とミートボールのクリーム煮、酢の物、果物	ロールパン	マカロニソテー	牛乳 いりこ	ミルク キャラメルポテト		
17	火	ちくわのカレー揚げ、豚肉と野菜のソテー、かき玉汁、果物	ごはん	ツナじゃが	牛乳 いりこ	ミルク おかずパン		
18	水	レタスチャーハン、トマトのおかか和え、和風ミルクスープ、果物	レタス チャーハン	さつま芋の バターソテー	トマトジュース	ミルク きな粉トースト	体育教室 (さくら・ゆり)	
19	木	すき焼き風煮、サラダビーフン、じゃが芋のみそ汁、果物	ごはん	魚の塩焼き	牛乳 いりこ	ミルク 豆乳ごまプリン		
20	金	魚のコーンマヨ焼き、南瓜の煮物、豆腐とちくわのスープ、果物	食パン	キャベツのソテー	牛乳 いりこ	ミルク おかし、プルーン	爪切りチェックの日	
21	土	担々麺風ラーメン、里芋のサラダ、フルーツヨーグルト	担々麺風 ラーメン	鶏肉のクリーム煮	牛乳	おかし		
22	日							
23	月	冬野菜のみそ汁、魚の塩こうじ焼き、もやしのごま酢和え、果物	食パン	ごぼうの煮物	牛乳 いりこ	ミルク わかめおにぎり		
24	火	からあげ、カラフルサラダ、コーンスープ、果物	ごはん	ミニゼリー	牛乳 いりこ	りんごジュース クリスマスケーキ	クリスマス会	
25	水	鮭ごはん、さつま芋と豚肉の炒め煮、なめこのみそ汁、果物	ごはん	とろみうどん	野菜ジュース	ミルク フルーツゼリー	体育教室 (さくら・ゆり)	
26	木	厚揚げのカレー煮、ひじき入り卵焼き、春雨スープ、果物	ごはん	ブロッコリー	牛乳 いりこ	ミルク ジャムサンド		
27	金	いんげんソテー、魚のポテト焼き、豆腐のすまし汁、果物	ごはん	ポークビーンズ	牛乳 いりこ	手作りヨーグルト おかし		
28	土	にゅうめん、じゃが芋のチーズ焼き、ゆで卵、果物	ごはん	きゅうりサラダ	牛乳 いりこ	おかし	保育終了	
29	日							
30	月	来年は1月4日(土)から給食が始まりますのでお楽しみに！！						
31	火							

12月の行事食

20日(金)
冬至。南瓜を使用した給食です。

24日(火)
クリスマスにちなんだ給食とおやつです。

冬至ってどんな日？季節を感じて楽しみましょう

冬至は、1年で昼間の時間が最も短く夜の時間が最も長い日です。今年12月20日です。冬至の日にゆずを浮かべた「ゆず湯」に入ったり、「南瓜」を食べると風邪をひかないといわれています。また、「ん」がつく食べ物を食べると運に恵まれるともいわれます。