

令和4年12月献立表（5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組）

柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1 木		ごはん	米	牛乳	牛乳	354	☆今月のお米☆
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	みかん	みかん	15.8	小杉農園のきぬひかり・ミルキークイーンです♪
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	あたり前田のクリケット	☆ ☆ ☆		
2 金		ごはん	米	ミルク甘酒	牛乳 酒のもの	510	ひまわり1組万博記念公園遠足♪
		インド風鶴のサクサク揚げ	納 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	24.5	
		桜えびのサラダ	干しあわび キャベツ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	たべっ子どうぶつ			
3 土		若布と麩のすまし汁	若布 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし				
		焼きそば	中華麺 キャベツ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	ジュース	りんごジュース	455	家庭保育協力日
		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中草だし しょう油 みりん 酒 生姜	お菓子	☆ ☆ ☆	16.1	
5 月		ごはん	米	牛乳	牛乳	530	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 油	源氏パイ	無限海老	29.7	
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 茄子 干し昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし				
6 火		ごはん	米	牛乳	牛乳	291	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ オイスター油 揚げ こんにゃく ひじき	雪の宿	☆ ☆ ☆	12.4	
		ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 人参 しめじ オイスター油 揚げ こんにゃく ひじき	えび塩焼き			
7 お餅つき大会	水	ごはん味付けのり	米 味付けのり	牛乳	牛乳	613	具だくさん味噌汁は白味噌仕立てです。
		つきたてのおもち／うさぎ組さみチーズカツ	ちち米 / ささみ チーズ パン粉 小米粉 醤	バタークッキー	星食べよ	29.2	
		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 乾燥 昆布				
8 お餅つき大会予備日	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	464	具だくさん味噌汁は白味噌仕立てです。
		えびカツ	えび 大根 パン粉 別白粉 醤	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	33.1	
		粕汁	酒粕 大根 人参 白菜 こんにゃく オイスター油 揚げ 豆腐	アスパラガススティック			
9 金		ドライカレー	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ピーマン コーン レーズン	うさぎ組牛乳	牛乳	519	
		野菜サラダ	ケチャップ ウスターソース しょう油 トマト缶 カレールー 醤	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	21.1	
		幼児組牛乳 うさぎ組野菜ジュース	きゅうり ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	エントリー			
10 土		野菜あんかけ丼	米 豚肉 正葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 オイスター油 揚げ	ジュース	りんごジュース	498	家庭保育協力日
		ゼリー	ゼリー	お菓子	☆ ☆ ☆	11.3	
		ごはん	米	牛乳	牛乳	495	
12 月		インド風鶴のサクサク揚げ	納 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	26.1	
		桜えびのサラダ	干しあわび キャベツ ブロッコリー ほうれん草 オイスター油 揚げ しょう油 マヨネーズ	たべっ子どうぶつ			
		若布と麩のすまし汁	若布 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし				
13 誕生会	火	レーズンパン	レーズンパン	ジュース	りんごジュース	550	
		旗付オムレツ	卵 ハム ピーマン マッシュルーム ツナ 粉チーズ 塩 コンソメ みりん 豆乳	ひまわり・つくし組シュークリーム	☆ ☆ ☆	20.7	
		ミートボール	焼肉 豚肉 玉葱 ハンバーグ 卵 黒酢 醤				
14 水		根菜スープ／ゼリー	根菜 鮭 大根 人参 しめじ ジャガイモ コーン 鮭 塩 ゼリー	たんぽぽうさぎ組お楽しみブシュー	ショートケーキ ブリキボックス ミニクッキー		今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしい食べられる食材)は小松菜・大根・蓮根・かぶ・カリフラワー・ほうれん草です。給食のメニューにものたくさん取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
		きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	578	
		パンブキンサラダ	かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ	れんこんチップ	蓮根 油 塩	19.2	
15 木		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆		
		マーポー丼	米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ ニラ 人参 しめじ 醤 にんにく 生姜 砂糖 合わせ味噌	牛乳	牛乳	566	
		ひじきときのこの和えもの	しょう油 片栗粉 ごま油	バナナ	バナナ	21.4	
16 金		ブルーン	ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 醤	ほんち揚げ	☆ ☆ ☆		
		ごはん	米	牛乳	牛乳	354	
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	みかん	みかん	15.8	
17 土		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	あたり前田のクリケット	☆ ☆ ☆		家庭保育協力日
		焼きそば	中華麺 キャベツ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	ジュース	りんごジュース	455	
		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中草だし しょう油 みりん 酒 生姜	お菓子	☆ ☆ ☆	16.1	
19 月		ごはん	米	牛乳	牛乳	530	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 醤	源氏パイ	無限海老	29.7	
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 茄子 干し昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし				
20 クリスマス会	火	パン	パン	ジュース	りんごジュース	530	
		チューリップ唐揚げ	焼肉 しょう油 食 生姜 にんにく 片栗粉 醤	クリスマスケーキ	☆ ☆ ☆	26.5	
		和風サラダ	和風サラダ ブロッコリー カリフラワー ハム ツナ ひじき コーン 香りゴマドレッシング				
21 水		ミネストローネ/型抜きチーズ	豚肉 ハム 玉葱 ピーマン ピーマン ブリキボックス ミニクッキー	うさぎ組牛乳	牛乳	519	
		ドライカレー	米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ ニラ 人参 しめじ 醤 にんにく 生姜 砂糖 合わせ味噌	ぱりんこ	バナナ	21.1	
		野菜サラダ	野菜サラダ ブリキボックス ミニクッキー	エントリー			
22 木		幼児組牛乳 うさぎ組野菜ジュース	うさぎ組牛乳 うさぎ組野菜ジュース	牛乳	牛乳	407	
		ごはん味付けのり	米 味付けのり	バターカッキー	バナナ	25.3	
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小米粉 醤	星食べよ	☆ ☆ ☆		
23 終業式	金	具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 干し昆布	牛乳	牛乳	291	
		ごはん	米	牛乳	牛乳	12.4	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ オイスター油 揚げ こんにゃく ひじき	雪の宿	☆ ☆ ☆		
24 土		ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 人参 しめじ 乾燥 昆布 しょう油 みりん 酒	えび塩焼き			家庭保育協力日 特別保育(申込)
		野菜あんかけ丼	野菜あんかけ丼 かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	ジュース	りんごジュース	498	
		ゼリー	ゼリー	お菓子	☆ ☆ ☆	11.3	
26 月		きつねうどん	うどん オイスター油 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	456	特別保育(申込)
		バナナ	バナナ	お菓子	☆ ☆ ☆	15.4	
		和風混ぜごはん	米 肉 人参 しめじ 蘿蔔 揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	470	
27 火		豚汁	豚汁	お菓子	☆ ☆ ☆	26.0	特別保育(申込)
		中華丼	中華丼 米 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび たけのこ	牛乳	牛乳	498	
		レアチーズ	レアチーズ	お菓子	☆ ☆ ☆	18.0	
29	木						サンプルはたんぽぽ組(3歳児)の分量です。うさぎ組はそれより少なめ、つくし・ひまわり組はそれより多めです。質問などは担任にお聞きください。
30	金						
31	土						

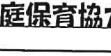
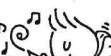
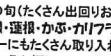
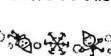
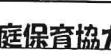
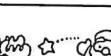
令和 4 年 12 月 献立表（ふつう食 19ヵ月～ひよこ組） 楽辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	236	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	みかん	みかん	9.3	
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ルヴァン	☆ ☆ ☆		
2	金	ごはん	米	ミルク甘酒	牛乳 甘酒のもと	349	ひまわり1組万博記念公園遠足♪
		インド風鶏のサクサク揚げ	鶏 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	16.6	
		桜えびのサラダ	干しうし きゅうべつ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	たべっ子どうぶつ			
3	土	若布と麩のすまし汁	若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	363	家庭保育協力日
		焼きそば	中華麺 きゅうべつ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	お菓子	☆ ☆ ☆	13.1	
		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中筋だし しょう油 みりん 酒 生姜				
5	月	チーズ	チーズ	牛乳	牛乳	339	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		ごはん	米	源氏パイ	無限海老	14.2	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 油				
6	火	豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	278	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		ごはん	米	雪の宿	☆ ☆ ☆	12.0	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 厚揚げ こんにゃく ひじき じがいも グリンピース かつおだし しょう油 みりん 酒	えび塩焼き			
7	水	ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	274	おにぎりせんべい
		ごはん	米 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	バタークッキー	☆ ☆ ☆	17.5	
		味付けのり	味付けのり	星食べよ	☆ ☆ ☆		
8	木	ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	牛乳	牛乳	315	アスパラガスピスケット
		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 煮干し 昆布	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	22.7	
		粒汁	白味噌 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	アスパラガスピスケット			
9	金	ごはん	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ピーマン コーン レーズン	牛乳	牛乳	383	エントリー
		えびカツ	ケチャップ ウスターソース しょう油 トマト缶 カレールウ 油	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	13.5	
		粒汁	きゅうべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	エンブリ			
10	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	ジュース	りんごジュース	388	家庭保育協力日
		オレンジゼリー	煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お菓子	☆ ☆ ☆	9.1	
		ごはん	オレンジゼリー ゼラチン 砂糖				
12	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	317	お野菜せんべい
		インド風鶏のサクサク揚げ	鶏 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	15.1	
		桜えびのサラダ	干しうし きゅうべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	たべっ子どうぶつ			
13	火	若布と麩のすまし汁	若布 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	410	お楽しみプリシュークリーム
		レーズンパン	レーズンパン	ショートクリーム	☆ ☆ ☆	17.4	
		オムレツ※ひよこ相撲付き	卵 ハム ピーマン マッシュルーム ツナ 粉チーズ 塩 コンソメ みりん 豆乳	トリック(ロースト味)			
14	水	ミートボール	鶏肉 豚肉 玉葱 人参 黒酢	牛乳	牛乳	391	きな粉せんべい
		根菜スープ	根菜	れんこんチップ	れんこんチップ	11.6	
		きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆		
15	木	パン	パン	牛乳	牛乳	337	牛乳
		マーボー丼	米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ ニラ 人参 しめじ 油 にんにく 生姜 砂糖 合わせ味噌	バナナ	バナナ	12.3	
		ひじきときのこの和えもの	ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒	ハーベスト(セサミ)	☆ ☆ ☆		
16	金	オレンジゼリー	オレンジゼリー ゼラチン 砂糖	牛乳	牛乳	236	牛乳
		ごはん	米	みかん	みかん	9.3	
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	ルヴァン	☆ ☆ ☆		
17	土	小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	363	家庭保育協力日
		焼きそば	中華麺 きゅうべつ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	お菓子	☆ ☆ ☆	13.1	
		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中筋だし しょう油 みりん 酒 生姜				
19	月	チーズ	チーズ	牛乳	牛乳	339	牛乳
		ごはん	米	源氏パイ	無限海老	14.2	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 油				
20	火	豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 みりん 酒 砂糖 水	ジュース	りんごジュース	411	クリスマスケーキ
		パン	パン	牛乳	牛乳	19.7	
		チューリップ唐揚げ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	クリスマスケーキ	☆ ☆ ☆		
21	水	和風サラダ	ブロッコリー カリフラワー ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング	牛乳	牛乳	383	牛乳
		ミネストローネ	野菜 マヨネーズ 人参 ピーマン 黄バジル カツヤップ 砂糖 コンソメ ブイヨン	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	13.5	
		ドライカレー	米 豚ひき肉 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	エンブリ			
22	木	野菜サラダ	きゅうべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	牛乳	牛乳	383	牛乳
		野菜スープ	野菜	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	13.5	
		きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	エンブリ			
23	金	味付けのり	味付けのり	牛乳	牛乳	274	牛乳
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	バタークッキー	☆ ☆ ☆	17.5	
		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 煮干し 昆布	星食べよ	☆ ☆ ☆		
24	土	ごはん	米	牛乳	牛乳	278	牛乳
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 厚揚げ こんにゃく ひじき じがいも グリンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	雪の宿	☆ ☆ ☆	12.0	
		ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	えび塩焼き			
25	月	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 厚揚げ 三つ葉 油揚げ	ジュース	りんごジュース	388	家庭保育協力日
		オレンジゼリー	かいつねうどん うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	お菓子	☆ ☆ ☆	9.1	
		きつねうどん	牛乳	牛乳			
26	火	バナナ	バナナ	お菓子	☆ ☆ ☆	312	特別保育(申込)
		和風混ぜごはん	米 鶏肉 人参 しめじ 茄子揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	8.9	
		豚汁	豚肉 人参 しめじ 茄子揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆ ☆ ☆		
27	水	中華丼	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 小松菜 えび たけのこ	牛乳	牛乳	333	特別保育(申込)
		レアチーズ	中華丼 乾燥豆乳 ごぼう こんにゃく 茄子揚げ 豚肉 人参 しめじ 小松菜 えび たけのこ	お菓子	☆ ☆ ☆	18.3	
		野菜スープ	野菜	牛乳	牛乳	390	
28	木	冬休園		お菓子	☆ ☆ ☆	12.4	特別保育(申込)
		冬休園					
		冬休園					
29	金	冬休園					サンプルはベランダにおいてあります。ひよこ組(1歳児)の分量です。質問などは担任にお聞きください。
		冬休園					
		冬休園					
30	土	冬休園					サンプルはベランダにおいてあります。ひよこ組(1歳児)の分量です。質問などは担任にお聞きください。
		冬休園					
		冬休園					
31	木	冬休園					サンプルはベランダにおいてあります。ひよこ組(1歳児)の分量です。質問などは担任にお聞きください。
		冬休園					
		冬休園					

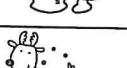
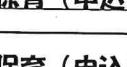
令和4年12月献立表(ふつう食19ヵ月~たまご組) 欽辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1 木		ごはん	米	牛乳	牛乳	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	牛乳	牛乳	
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	みかん	みかん	
2 金		ごはん	米	ルヴァン	☆ ☆ ☆	ひまわり1組万博記念公園遠足♪
		インド風鶴のサクサク揚げ	鶏 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	ミルク甘酒	牛乳 甘酒のもの	
3 土		桜えびのサラダ	干しそば きやべつ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		若布と麩のすまし汁	若布 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	
		焼きそば	中華麺 きやべつ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	ジュース	りんごジュース	
5 月		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中濃だし しょう油 みりん 酒 生姜	お菓子	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		チーズ	チーズ	牛乳	牛乳	
		ごはん	米	源氏パイ	無限海老	
6 火		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 めじ 小松菜 片栗粉 油	牛乳	牛乳	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 干し玉 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	雪の宿	☆ ☆ ☆	
		ごはん	米	えび塩焼き	えび塩焼き	
7 お餅つき大会	水	切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 めじ オイスター油 揚げ こんにゃく ひじき	牛乳	牛乳	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 エビ えのき しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	バタークッキー	☆ ☆ ☆	
		ごはん 味付けのり	米 味付けのり	星食べよ	☆ ☆ ☆	
8 お餅つき大会予備日	木	ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 もやし 干し玉 昆布 白味噌 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	アスピラガスピスケット	☆ ☆ ☆	
		ごはん えびカツ	米 えび玉葱 パン粉 卵白粉 油	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	
9 金		粕汁	酒粕 大根 人参 白菜 こんにゃく 厚揚げ 豆腐	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		鮭ごはん	米 鮭フレーク	牛乳	牛乳	
		肉じゃが	じゃがいも 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく グリンピース	牛乳	牛乳	
10 土		きやべつと麸の味噌汁	砂糖 かつおだし しょう油 みりん 酒	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 めじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	エントリー	☆ ☆ ☆	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース	りんごジュース	
12 月		ごはん	米	お菓子	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		インド風鶴のサクサク揚げ	鶏 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	牛乳	牛乳	
		桜えびのサラダ	干しそば きやべつ ブロッコリー ほうれん草 オイスター油 揚げ しょう油 マヨネーズ	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	
13 誕生会	火	若布と麸のすまし汁	若布 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		レーズンパン	レーズンパン	ジュース	りんごジュース	
		オムレツ	卵 ハム ピーマン マッシュルーム ツナ チーズ 麩 コンソメ みりん 生卵	お楽しみブチシュークリーム	ショートケーキ	
14 水		ミートボール	肉 猪肉 玉葱 パン粉 卵白 黒酢 油	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		根菜スープ	根菜 玉葱 大根 人参 じゅんいち 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	
		きつねうどん	うどん オイスター油 揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	
15 木		パンフキンサラダ	かぼちゃ パンフキン サラダ ハム ツナ マヨネーズ	れんこんチップ	れんこんチップ	家庭保育協力日
		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい	きな粉せんべい	
		マーボー丼	米 豚肉きな粉 豆 豆ねぎ ニラ 人参 めじ こんにゃく 生姜 砂糖 合わせ味噌 しょう油 片栗粉 油	牛乳	牛乳	
16 金		ひじきときのこの和えもの	ひじき めじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	バナナ	バナナ	
		ごはん	米	ハーベストセサミ	☆ ☆ ☆	
17 土		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	みかん	みかん	
		焼きそば	中華麺 きやべつ 人参 豚肉 中濃ソース 植物油 粉末ソース	ルヴァン	☆ ☆ ☆	
19 月		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中濃だし しょう油 みりん 酒 生姜	ジュース	りんごジュース	家庭保育協力日
		チーズ	チーズ	お菓子	☆ ☆ ☆	
		ごはん	米	牛乳	牛乳	
20 クリスマス会	火	鮭ごはん	鮭玉葱 人参 めじ 小松菜 片栗粉 油	牛乳	牛乳	家庭保育協力日
		肉じゃが	しゃぶしゃぶ しょう油 みりん 酒 かつおだし	源氏パイ	☆ ☆ ☆	
		きやべつと麸の味噌汁	砂糖 かつおだし しょう油 みりん 酒	無限海老	☆ ☆ ☆	
21 水		パン	パン	ジュース	りんごジュース	特別保育(申込)
		チューリップ唐揚げ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	クリスマスケーキ	☆ ☆ ☆	
		和風サラダ	ブロッコリー カリフラワー ハム ツナ ヒジキ コーン 香りゴマドレッシング	牛乳	牛乳	
22 木		ミネストローネ	野菜 マヨネーズ 五目 人参 ピーマン 黒パプリカ ケチャップ 砂糖 コンソメ ブイヨン	牛乳	牛乳	特別保育(申込)
		鮭ごはん	米 鮭フレーク	牛乳	牛乳	
		肉じゃが	じゃがいも 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく グリンピース	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	
23 終業式	金	きやべつと麸の味噌汁	きやべつ 麩 玉葱 人参 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	エントリー	☆ ☆ ☆	特別保育(申込)
		ごはん 味付けのり	米 味付けのり	牛乳	牛乳	
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	バナナ	バナナ	
24 土		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 めじ 干し玉 昆布	バタークッキー	☆ ☆ ☆	特別保育(申込)
		ごはん	白味噌 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	星食べよ	☆ ☆ ☆	
		切り干し大根の煮物	米	牛乳	牛乳	
25 月		ほれん草とえのきのすまし汁	切り干し大根 豚肉 人参 めじ オイスター油 揚げ こんにゃく ひじき	雪の宿	☆ ☆ ☆	特別保育(申込)
		野菜あんかけ丼	じゃがいも えのき きな粉 みりん 酒	えび塩焼き	えび塩焼き	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	お菓子	☆ ☆ ☆	
26 月		きつねうどん	うどん オイスター油 揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	特別保育(申込)
		バナナ	バナナ	お菓子	☆ ☆ ☆	
		和風混ぜごはん	米 豚肉 人参 めじ 薙ねぎ 唐揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	
27 火		豚汁	豚肉 人参 めじ 薙ねぎ 唐揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆ ☆ ☆	特別保育(申込)
		中華丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 めじ 小松菜 えび たけのこ	牛乳	牛乳	
		レアチーズ	レアチーズ	お菓子	☆ ☆ ☆	
29 木				冬休園		サンプルは毎日お部屋に置いてあります。
30 金				冬休園		是非、見てくださいね♪
31 土				冬休園		

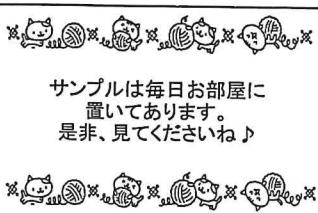
令和4年12月献立表(離乳の完了期 12~18ヶ月) 次回こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1 木		軟飯	米	牛乳	牛乳	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	みかん	みかん	
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょうゆ みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ルヴァン	☆ ☆ ☆	
2 金		軟飯	米	ミルク甘酒	牛乳 甘酒のものと	ひまわり1組万博記念公園遠足♪
		インド風鶴のサクサク揚げ	鯖 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	
		桜えびのサラダ	干しそば きやべつ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	
3 土		若布と麩のすまし汁	若布 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	ジュース	りんごジュース	家庭保育協力日
		焼きうどん	うどん 豚肉 きやべつ 人参 もやし かつおだし 塩 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜	牛乳	牛乳	
5 月		チーズ	チーズ	お子様サンド	お子様せんべい いちごジャム	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		軟飯	米	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 めじ 小松菜 片栗粉 油	牛乳	牛乳	
6 火		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 干し芋 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	毎日朝のおやつ(9時半頃) に牛乳があります♪
		軟飯	米	牛乳	牛乳	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 めじ 油揚げ こんにゃく ひじき	若布おむすび	米 混ぜ込み若布	
7 お餅つき大会		ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	えび塩焼き	☆ ☆ ☆	
		軟飯 味付けのり	米 味付けのり	牛乳	牛乳	
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	りんごゼリー	りんごジュース ゼラチン サラダ	
8 お餅つき大会予備日		具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜	牛乳	牛乳	
		軟飯	米	おいもスティック	さつまいも	
		えびカツ	えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油	牛乳	牛乳	
9 金		粕汁	酒粕 大根 人参 白菜 こんにゃく 油揚げ 豆腐	牛乳	牛乳	
		鮭ごはん	えんじ 干し芋 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	
		肉じゃが	じゅがいも 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく グリンピース	バナナ	バナナ	
10 土		きやべつと麩の味噌汁	きやべつ 鮭 干し芋 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	白い風船	☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 めじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	ジュース	りんごジュース	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	お菓子	☆ ☆ ☆	
12 月		軟飯	米	牛乳	牛乳	
		インド風鶴のサクサク揚げ	鯖 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	ツナサンド	サンドパン ツナ マヨドレ	
		桜えびのサラダ	干しそば きやべつ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	マンナウエハース	☆ ☆ ☆	
13 誕生会		若布と麩のすまし汁	若布 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	レーズンパン	りんごゼリー	
		レーズンパン	レーズンパン	牛乳	牛乳	
		オムレツ	卵 ハム ピーマン マッシュルーム ツナ ナチュラルチーズ 塩 コンソメ みりん 豆乳	牛乳	牛乳	
14 水		ミートボール	肉肉 豚肉 玉葱 人参 黒酢 油	お楽しみブチシュークリーム	ショーキー	
		根菜スープ	根菜 玉葱 人参 ねぎ じゅがいも 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	
		きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	
15 木		パンフキンサラダ	かほらや ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ	れんこんチップ	寒根 油 塩	
		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆	
		マーボー丼	米 豚肉 玉葱 人参 めじ ナラ 人参 めじ 麻油 にんにく 片栗粉 ごま油	牛乳	牛乳	
16 金		ひじきときのこの和えもの	ひじき えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒	牛乳	牛乳	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ハーベスト(セサミ)	ハーベスト(セサミ)	
		軟飯	米	牛乳	牛乳	
17 土		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	牛乳	牛乳	
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	みかん	みかん	
		焼きうどん	うどん 豚肉 きやべつ 人参 もやし かつおだし 塩 しょう油	ルヴァン	☆ ☆ ☆	
18 月		中華スープ	白菜 玉葱 人参 もやし ニラ 豚肉 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜	ジュース	りんごジュース	家庭保育協力日
		チーズ	チーズ	お菓子	☆ ☆ ☆	
		軟飯	米	牛乳	牛乳	
19 月		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 めじ 小松菜 片栗粉 油	お子様サンド	お子様せんべい いちごジャム	
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 干し芋 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	たべっ子どうぶつ	☆ ☆ ☆	
		パン	パン	牛乳	牛乳	
20 クリスマス会		チューリップ唐揚げ	肉肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	牛乳	牛乳	
		和風サラダ	ブロッコリー カリフラワー ハム ツナ ひじき コーン 香りゴマドレッシング	牛乳	牛乳	
		ミネストローネ	肉肉 マヨニーズ 玉葱 人参 ピーマン ベビーバルコ ケチャップ 砂糖 コンソメ ブイヨン	クリスマスケーキ	☆ ☆ ☆	
21 水		鮭ごはん	鮭ごはん	牛乳	牛乳	
		肉じゃが	じゅがいも 豚肉 玉葱 人参 めじ こんにゃく グリンピース	牛乳	牛乳	
		きやべつと麩の味噌汁	きやべつ 鮭 干し芋 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	
22 木		味付けのり	味付けのり	牛乳	牛乳	
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	牛乳	牛乳	
		具だくさん味噌汁	白味噌 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	りんごゼリー	りんごジュース ゼラチン サラダ	
23 終業式		軟飯	米	牛乳	牛乳	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 めじ 油揚げ こんにゃく ひじき	牛乳	牛乳	
		ほうれん草とえのきのすまし汁	じゅがいも グリンピース かつおだし 必勝 しょう油 みりん 酒	若布おむすび	米 混ぜ込み若布	
24 土		野菜あんかけ丼	米 豚肉 人参 白菜 めじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	牛乳	牛乳	家庭保育協力日 特別保育(申込)
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖	お菓子	☆ ☆ ☆	
		きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	
26 月		バナナ	バナナ	牛乳	牛乳	特別保育(申込)
		和風混ぜごはん	米 肉肉 人参 しめじ 乾燥椎茸 かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	
		豚汁	豚肉 人参 しめじ 乾燥椎茸 かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	
27 火		中華丼	米 肉肉 玉葱 人参 白菜 めじ 小松菜 えび たけのこ	牛乳	牛乳	特別保育(申込)
		レアチーズ	レアチーズ	牛乳	牛乳	
		冬休園	冬休園	お菓子	☆ ☆ ☆	
29 木		冬休園	冬休園	牛乳	牛乳	
		冬休園	冬休園	牛乳	牛乳	
		冬休園	冬休園	牛乳	牛乳	
30 金						サンプルは毎日お部屋に置いてあります。 是非、見てくださいね♪
31 土						

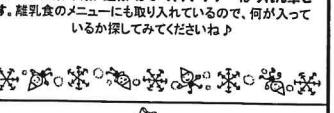
令和4年12月献立表(離乳後期10・11ヵ月) 検査こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考	
1 木	大根と白菜の煮物 玉葱のスープ 軟飯	軟飯 米	大根 白菜 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪	
2 金	プロッコリーとささみの煮物 チングン菜のスープ 軟飯	軟飯 米	プロッコリー じゃがいも ささみ 昆布 しょう油 チングン菜 煎干し しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク きな粉 ヨーグルト	ひまわり1組万博記念公園遠足♪	
3 土	冬野菜の煮物 軟飯	軟飯 米	冬野菜 大根 人参 ささみ 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
5 月	鮭とじゃがいもの煮物 人参の味噌汁 軟飯	軟飯 米	鮭 じゃがいも プロッコリー 昆布 しょう油 人参 昆布 合わせ味噌	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ	毎日朝のおやつ(9時半頃) にミルクがあります♪	
6 火	さつまいもと白菜の煮物 玉葱のスープ 軟飯	さつまいもと白菜の煮物 米	さつまいも 白菜 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参	毎日朝のおやつ(9時半頃) にミルクがあります♪	
7 お餅つき大会	鱈(すずき)と白菜の煮物 かぶのスープ 軟飯	水	鱈(すずき)と白菜の煮物 かぶのスープ 軟飯	ミルク おいもスティック	粉ミルク さつまいも		
8 お餅つき大会予備日	じゃがいもの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	木	じゃがいもの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	ミルク 大根スティック	粉ミルク 大根		
9 金	鯛と人参の煮物 小松菜のスープ 軟飯	金	鯛と人参の煮物 小松菜のスープ 軟飯	ミルク りんごヨーグルト	粉ミルク りんご ヨーグルト		
10 土	かぶとささみの煮物 軟飯	土	かぶとささみの煮物 軟飯	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
12 月	白菜とピーマンの煮物 大根の味噌汁 軟飯	月	白菜とピーマンの煮物 大根の味噌汁 軟飯	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク きな粉 米		
13 誕生会	鱈(すずき)とかぶの煮物 かぼちゃのスープ 軟飯	火	鱈(すずき)とかぶの煮物 かぼちゃのスープ 軟飯	ミルク さつまいもりんごの重ね煮	粉ミルク さつまいも りんご		
14 水	カレイときやべつの煮物 小松菜の味噌汁 軟飯	水	カレイときやべつの煮物 小松菜の味噌汁 軟飯	ミルク チーズリゾット	粉ミルク チーズ 米	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食 材)は小松菜・大根・蓮根・かぶ・カリフラワー・ほうれん草で す。離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入って いるか探してみてくださいね♪	
15 木	さつまいもの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	木	さつまいもの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	ミルク ミルクパンがゆ	粉ミルク サンドパン 粉ミルク		
16 金	プロッコリーとささみの煮物 チングン菜のスープ 軟飯	金	プロッコリーとささみの煮物 チングン菜のスープ 軟飯	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク きな粉 ヨーグルト		
17 土	軟飯 冬野菜の煮物	土	軟飯 冬野菜の煮物	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
19 月	鮭とじゃがいもの煮物 人参の味噌汁 軟飯	月	鮭とじゃがいもの煮物 人参の味噌汁 軟飯	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ		
20 クリスマス会	軟飯 チキンと冬野菜のトマト煮 玉葱のスープ 軟飯	火	チキンと冬野菜のトマト煮 玉葱のスープ 軟飯	ミルク じがいもとツナのお焼き	粉ミルク じがいも 人蔵 ツナ		
21 水	鱈(すずき)と白菜の煮物 かぶのスープ 軟飯	水	鱈(すずき)と白菜の煮物 かぶのスープ 軟飯	ミルク おいもスティック	粉ミルク さつまいも		
22 木	じゃがいものの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	木	じゃがいものの煮物 きやべつの味噌汁 軟飯	ミルク 大根スティック	粉ミルク 大根		
23 終業式	鯛と人参の煮物 小松菜のスープ 軟飯	金	鯛と人参の煮物 小松菜のスープ 軟飯	ミルク りんごヨーグルト	粉ミルク りんご ヨーグルト		
24 土	かぶとささみの煮物 おかゆ	土	かぶとささみの煮物 おかゆ	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日 特別保育(申込)	
26 月	白菜とピーマンの煮物 おかゆ	月	白菜とピーマンの煮物 おかゆ	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	特別保育(申込)	
27 火	おかゆ カレイときやべつの煮物	火	おかゆ カレイときやべつの煮物	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	特別保育(申込)	
28 水	おかゆ 鱈(すずき)と白菜の煮物	水	おかゆ 鱈(すずき)と白菜の煮物	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	特別保育(申込)	
29	木	冬休園					
30	金	冬休園					
31	土	冬休園					

サンプルは毎日お部屋に  
置いてあります。  
是非、見てくださいね♪



令和 4 年 12 月 献立表 ( 離乳中期 7~9ヶ月 ) 楽辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考			
1	木	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪			
		大根と白菜の煮物	大根 白菜 ささみ 昆布						
		玉葱のスープ	玉葱 昆布						
2	金	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	ひまわり1組万博記念公園遠足♪			
		プロッコリーとささみの煮物	プロッコリー じゃがいも ささみ 昆布						
		チンゲン菜のスープ	チンゲン菜 昆布						
3	土	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日			
		冬野菜の煮物	小松菜 大根 人参 ささみ 昆布						
		おかゆ	米						
5	月	鮭とじがいものの煮物	鮭 じゃがいも プロッコリー 昆布	ミルク	粉ミルク				
		人参のスープ	人参 昆布						
		おかゆ	米						
6	火	さつまいもと白菜の煮物	さつまいも 白菜 ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	毎日朝のおやつ(9時半頃) にミルクがあります♪			
		玉葱のスープ	玉葱 昆布						
		おかゆ	米						
7 お餅つき 大会	水	鮭(すずき)と白菜の煮物	鮭 白菜 ほうれん草 昆布	ミルク	粉ミルク				
		かぶのスープ	かぶ 昆布						
		おかゆ	米						
8 お餅つき 大会予備日	木	じゃがいものの煮物	じゃがいも 人参 ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク				
		きやべつのスープ	きやべつ 昆布						
		おかゆ	米						
9	金	鯛と人参の煮物	鯛 人参 プロッコリー 昆布	ミルク	粉ミルク				
		小松菜のスープ	小松菜 昆布						
		おかゆ	米						
10	土	かぶとささみの煮物	かぶ ほうれん草 さつまいも ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日			
		おかゆ	米						
		白菜とピーマンの煮物	白菜 ピーマン ささみ 昆布						
12	月	大根のスープ	大根 昆布	ミルク	粉ミルク				
		おかゆ	米						
		鮭(すずき)とかぶの煮物	鮭 かぶ ほうれん草 昆布						
13 誕生会	火	かぼちゃのスープ	かぼちゃ 昆布	ミルク	粉ミルク				
		おかゆ	米						
		カレイときやべつの煮物	カレイ きやべつ プロッコリー 昆布						
14	水	小松菜のスープ	小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	今月のこの地域の旬(たぐさ)に出回りおいしく食べられる食材は小松菜・大根・蓮根・かぶ・ガラフワワー・ほうれん草です。離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪			
		おかゆ	米						
		さつまいもの煮物	さつまいも 人参 ささみ 昆布						
15	木	きやべつのスープ	きやべつ 昆布	ミルク	粉ミルク				
		おかゆ	米						
		プロッコリーとささみの煮物	プロッコリー じゃがいも ささみ 昆布						
16	金	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜 昆布	ミルク	粉ミルク				
		おかゆ	米						
		冬野菜の煮物	小松菜 大根 人参 ささみ 昆布						
19	月	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク				
		鮭とじがいものの煮物	鮭 じゃがいも プロッコリー 昆布						
		人参のスープ	人参 昆布						
20 クリスマス会	火	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク				
		チキンと冬野菜のトマト煮	ささみ かぶ トマト 昆布						
		玉葱のスープ	玉葱 昆布						
21	水	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク				
		鮭(すずき)と白菜の煮物	鮭 白菜 ほうれん草 昆布						
		かぶのスープ	かぶ 昆布						
22	木	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク				
		じゃがいものの煮物	じゃがいも 人参 ささみ 昆布						
		きやべつのスープ	きやべつ 昆布						
23 終業式	金	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク				
		鯛と人参の煮物	鯛 人参 プロッコリー 昆布						
		小松菜のスープ	小松菜 昆布						
24	土	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日 特別保育(申込)			
		かぶとささみの煮物	かぶ ほうれん草 さつまいも ささみ 昆布						
		おかゆ	米						
26	月	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	特別保育(申込)			
		白菜とピーマンの煮物	白菜 ピーマン 大根 ささみ 昆布						
		おかゆ	米						
27	火	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	特別保育(申込)			
		カレイときやべつの煮物	カレイ きやべつ プロッコリー 小松菜 昆布						
		おかゆ	米						
28	水	おかゆ	米	ミルク	粉ミルク	特別保育(申込)			
		鮭(すずき)と白菜の煮物	鮭 白菜 ほうれん草 かぶ 昆布						
		おかゆ	米						
29	木	冬休園							
30	金	冬休園							
31	土	冬休園							

サンプルは毎日お部屋に  
置いてあります。  
是非、見てくださいね♪

