

12月行事・献立予定

令和4年度 こどもパル

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）	朝のおやつ	3時のおやつ
1	木	身体測定 絵本代集金 （10月～12月）	おでん ゆでブロッコリー 花麩のすまし汁 ふりかけ 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 花麩 ねぎ 海苔 かつお節 グレープフルーツ	牛乳 りんご	牛乳 スイートポテト
2	金		コロッケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 みかん	じゃが芋 さつまい 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり 人参 ハム 白菜 人参 生揚げ みかん	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみぼん菓子
3	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース ソフトあられ
5	月	個人懇談	野菜ラーメン ほうれん草の中華サラダ チーズ パナナ	中華めん 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ ほうれん草 キャベツ 人参 卵 チーズ パナナ	牛乳 米菓子	豆乳 マシュマロサンド
6	火		ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 人参 バター ブロッコリー キャベツ ツナ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 さつまいの 塩キャラメル
7	水		キーマカレー 人参サラダ コンソメスープ みかん	豚肉 玉ねぎ 人参 人参 キャベツ レーズン チーズ 人参 玉ねぎ コーン パセリ みかん	牛乳 卵せんべい	飲むヨーグルト ビスケット
8	木	絵本貸し出し日	鮭のオイル焼き キャベツサラダ じゃが芋の味噌汁 グレープフルーツ	鮭 えのきだけ 玉ねぎ チーズ 人参 バター パセリ キャベツ 人参 ハム コーン きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 おからドーナツ
9	金	布団持ち帰り	かんたんしゅうまい 伴三系 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 わかめ 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 チーズ	牛乳 塩せんべい
10	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース クラッカー
12	月	絵本返却日	たらこパスタ ポイル野菜のドレッシングサラダ 白菜のコンソメスープ パナナ	たらこ スパゲティ ブロッコリー 人参 キャベツ 白菜 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 みかん	牛乳 きな粉パン
13	火		大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 グレープフルーツ	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 グレープフルーツ	牛乳 スティックパン	牛乳 肉まん
14	水		ミートボールのケチャップ和え ポイルキャベツ 甘煮豆 卵スープ オレンジ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ 椎茸 卵 ミルク 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	ひじきおにぎり
15	木	誕生会	☆ おめでとウランチ ☆	豚肉 椎茸 人参 たけのこ ねぎ 鶏肉 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン じゃが芋 いちご	飲むヨーグルト	フルーツゼリー
16	金		鶏肉のトマト煮込み かぼちゃのコロコロサラダ えのきともやしのスープ パイン	鶏肉 玉ねぎ にんにく トマト 南瓜 きゅうり じゃが芋 人参 チーズ えのき もやし 小松菜 玉ねぎ 人参 ベーコン パイン	牛乳 ウエハース	牛乳 米菓子
17	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース せんべい
19	月		焼きそば ウィンナー ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 みかん	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 みかん	牛乳 パナナ	ホワイトボンチ
20	火	食育の日	★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 りんご	高野豆腐 鶏肉 かぶ 人参 コーン しいたけ ブロッコリー レタス じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ りんご	牛乳 せんべい	牛乳 ★ちんすこう
21	水	避難訓練	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 ビスケット	牛乳 クッキー
22	木	冬至	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 オレンジ	鱈 ピーマン 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 オレンジ	牛乳 みかん	牛乳 マカロニあべ川
23	金	クリスマス会 布団持ち帰り	☆ クリスマスランチ ☆	鶏肉 にんにく 生姜 鶏肉 玉ねぎ 人参 バター グリンピース ブロッコリー パプリカ じゃが芋 人参 スパゲティ にんにく レタス パイン いちご	飲むヨーグルト	牛乳 ショートケーキ
24	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース サブレ
26	月		天ぷらうどん おさかなふりかけ (海老入りかき揚げ) 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 さつまい 海老 卵 ほうれん草 小松菜 人参 もやし 胡麻 みかん	牛乳 ボーロ	牛乳 ホットケーキ
27	火		焼鯖 ポイルキャベツ ひじきのいたため煮 生揚げの味噌汁 パナナ	鯖 キャベツ ひじき ごぼう 人参 油揚げ 蒟蒻 さやいんげん 椎茸 玉ねぎ 生揚げ わかめ パナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 ピザトースト
28	水	交通安全指導 (年末年始のお話) 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 オレンジ	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 オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 サンドビスケット

おめでとウランチ・・・中華おこわ 鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ フライドポテト スープ いちご
クリスマスランチ・・・タンドリーチキン チキンライス ポテトサラダ スープスパゲティ いちご パイン
食育の日のサンプル展示は1.2歳児です。1.2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。