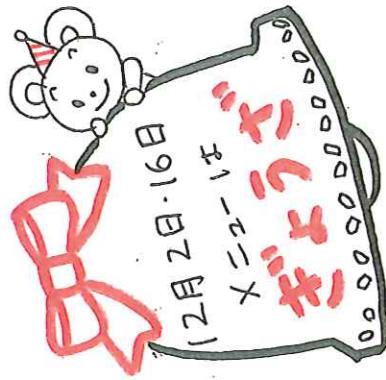


日付	曜	献立	おやつ (午前)	おやつ (午後)
1	水	さばのいり煮・お芋のサラダ・とうふの味噌汁・みかん		牛乳・チーズ・お菓子
2	木	豚肉と白菜の和風餃子・ひじきのマヨサラダ・なるとスープ・オレンジゼリー		牛乳・お好み焼き
3	金	根菜のたっぷり煮・イカ入りさっぱりサラダ・大根とニラの卵スープ・バナナ		牛乳・お菓子
4	土	きなこおにぎり・ペーコンスープ		
6	月	大豆と豚肉の炒め煮・ひじきのいろいろサラダ・キャベツときの味噌汁・オレンジ		牛乳・ポテトフライ
7	火	豆腐とイカのトマト風煮・キャベツもりもりサラダ・コンソメスープ・パイナップルゼリー		ヨーグルト・お菓子
8	水	春雨と野菜の卵とじ・大根ゴマサラダ・かぼちゃとしめじの味噌汁・オレンジゼリー		牛乳・ジャムケーキ
9	木	いわしのカバ焼き・ペーコンマカロニサラダ・じゃが芋の和風スープ・バナナ		牛乳・お菓子
10	金	かぼちゃの煮物・さっぱり春雨サラダ・大根とニラの野菜スープ・フルーツのヨーグルト和え		牛乳・リンゴ
11	土	クリスマスおゆうぎ会		
13	月	大根と鶏肉のうま煮・ワカメの春雨サラダ・じゃが芋の味噌汁・リンゴ		牛乳・ココア入り蒸しパン
14	火	ポパイカレー・ツナサラダ・湯とうふ・みかんゼリー		牛乳・オレンジ
15	水	さばのいり煮・お芋のサラダ・とうふの味噌汁・みかん		牛乳・チーズ・お菓子
16	木	豚肉と白菜の和風餃子・ひじきのマヨサラダ・なるとスープ・オレンジゼリー		牛乳・お好み焼き
17	金	根菜のたっぷり煮・イカ入りさっぱりサラダ・大根とニラの卵スープ・バナナ		牛乳・お菓子
18	土	きなこおにぎり・ペーコンスープ		
20	月	大豆と豚肉の炒め煮・ひじきのいろいろサラダ・キャベツときの味噌汁・オレンジ		牛乳・ポテトフライ
21	火	豆腐とイカのトマト風煮・キャベツもりもりサラダ・コンソメスープ・パイナップルゼリー		ヨーグルト・お菓子
22	水	誕生会メニュ☆年ツネのおとうさんがニコッリ おちろいいました!お楽しみに😊		牛乳・ジャムケーキ
24	金	かぼちゃの煮物・さっぱり春雨サラダ・大根とニラの野菜スープ・フルーツのヨーグルト和え		牛乳・リンゴ
25	土	ケチャップライス・わかめ入りコンソメスープ		
27	月	大根と鶏肉のうま煮・ワカメの春雨サラダ・じゃが芋の味噌汁・リンゴ		牛乳・ココア入り蒸しパン
28	火	牛乳・お菓子		



12月は旬な白菜、ねぎを入れたたぎょうぎを作ります。子どもたちの喜ぶ顔を思い浮かべながら、愛情込めて作るのど休まずきてくれると嬉しいですよ

今月の旬な食材
大根・白菜・ブロッコリー・ねぎ
小松菜、ごぼう、れんこん、春菊



行事食を食べましょう😊

冬至の日にかぼちゃを食べると厄除けになる、病気になるいと言われています。ビタミン豊富で体を温める働きもあります!! 寒い冬にはかぼちゃを食べましょうよ

大晦日の夜、年越しそばを食べる風習が伝えられています。そばを食べる由来は、そばの形から寿命が細く長く続くようにと願いが込められています!!

