



12月のメニュー



月(ごはん)	火(ごはん)	水(パン)	木(ごはん)	金(ごはん)	土(ごはん)
2日 筑前煮 五目納豆 コーンのおにぎり 鶏肉 厚揚げ 里芋 ごぼう 蓮根 人参 いんげん 干椎茸 ちりめん 納豆 たくあん	3日 カルシウム卵焼き 里芋のカレーマヨ和え 焼きいも 鶏ミンチ 卵 チーズ ちりめん 玉葱 人参 小松菜 ひじき ベーコン 里芋 フロccoliー	4日 鶏肉のレモン焼き フロccoliーサラダ ホットケーキ 鶏肉 トマト ハム フロccoliー 胡瓜 人参	5日 厚揚げの味噌炒め ごぼうとひじきのきんぴら ジャムサンド 豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン たけのこ ごぼう いんげん ひじき	6日 サバの味噌煮 ひじきナムル マカロニきなこ サバ フロccoliー ハム ひじき 人参 胡瓜 コーン	7日 肉うどん れんこんサラダ おせんべい 牛肉 うどん 玉葱 人参 干椎 油揚げ 葱 ツナ れんこん 胡瓜
9日 中華丼 さつまいもサラダ いちごミルクもち 豚肉 エビ イカ 蒲鉾 厚揚げ 玉葱 人参 白菜 ピーマン しめじ ハム さつまいも 胡瓜	10日 トマトカレー マカロニサラダ 納豆のお好み焼き 牛肉 トマト さつまいも 人参 玉葱 ごぼう れんこん しめじ ハム マカロニ 胡瓜	11日 かぼちゃのクリームシチュー レバーサラダ パリパリピザ 鶏肉 かぼちゃ 玉葱 人参 しめじ フロccoliー 鶏レバー レタス ジャがいも	12日 フリの照り焼き ひじき煮 わかめおにぎり 鯛 トマト ひじき 人参 干椎 いんげん	13日 お遊戯会	14日 ミネストローネ 小松菜ともやしのソテー ビスケット ウインナー 玉葱 人参 しめじ じゃがいも ピーマン キャベツ ツナ 小松菜 もやし
16日 鮭の味噌焼き めかぶ納豆 マシュマロスナック 鮭 フロccoliー めかぶ 納豆 ちりめん 人参	17日 里芋グラタン 人参しいしり ポテトもち 鶏肉 里芋 マカロニ 玉葱 人参 小松菜 しめじ ツナ 卵 ニラ もやし	18日 ポトフ おからサラダ フルーツヨーグルト ウインナー 人参 玉葱 キャベツ フロccoliー しめじ ジャがいも ハム おから 胡瓜 コーン	19日 牛肉と南瓜の煮物 春雨の酢の物 小豆入り蒸しパン 牛肉 南瓜 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく 干椎茸 いんげん ハム 春雨 胡瓜 コーン	20日 クリスマス会食	21日 焼きそば いんげんのごま和え おせんべい 豚肉 蒲鉾 人参 玉葱 キャベツ もやし 中華麺 いんげん 胡瓜
23日 高野豆腐の卵とじ かみかみサラダ ドーナツ 豚肉 卵 高野豆腐 人参 玉葱 ニラ 干椎 イカ ちりめん 胡瓜 ごぼう	24日 鶏の唐揚げ フレンチサラダ クリスマスケーキ 鶏肉 トマト ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン	25日 白身魚のパン粉焼き ほうれん草のソテー フラウニー 白身魚 トマト ベーコン ほうれん草 玉葱 人参 コーン しめじ	26日 豚汁 レバー煮 さつまいもの蒸しパン 豚肉 豆腐 玉葱 人参 大根 ごぼう 里芋 葱 鶏レバー ニラ 糸こんにゃく	27日 すき焼き風煮 小松菜の磯和え やせうま 牛肉 焼き豆腐 白菜 人参 大根 玉葱 しめじ 糸こんにゃく 蒲鉾 小松菜 人参 胡瓜	28日 和風スパゲティ 大根サラダ クッキー ベーコン ちりめん 小松菜 人参 しめじ スパゲティ ツナ 大根 胡瓜 コーン

冬野菜をたくさん食べて
寒さや病気に負けない体づくりをしましょう！

※20日はクリスマスメニューでパンが出ますので、
すみれ・たんぽぽ・ひまわり組さんの白ごはんはいりません。



今年の冬至は21日ですが、土曜日ですので
少し早めの19日にかぼちゃとあずきを使ったメニューを
取り入れています。
冬至については、給食だよりに詳しく書いていますので
ぜひご覧になってくださいね！

