

こんだてひょう

2022年度 12月

ひ に ち	よ う ひ	しゅ しょく	おかず	さんしょくぶんるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしきととのえる		
1	木	むぎごはん	とりにくのてりやき こまつなのひだし とんじる グレープフルーツ むぎちゃ	とりにく あぶらあげ ぶたにく みそ とう ふ	こめ おおむぎ さと う こんにゃく さと いも	にんじん こまつな だいこん こぼう な がねぎ	きなこせんべい ぎゅうにゅう	たこやきポテト ぎゅうにゅう
2	金	バターロール	ハンバーグ コーンサラダ マカロニスープ めいごにゅう	ぶたにく きゅうにゅう う たまご ベーコン	バターロール パンこ さとう マヨネーズ	たまねぎ きゅうり キャベツ コーン に んじん	ビスケット ぎゅうにゅう	フルーツヨーグルト むぎちゃ
3	土	かやくごはん	ぶりのにつけ しらあえ おすいもの むぎちゃ	とりにく あぶらあげ ぶり とうふ	こめ こんにゃく さ とう こま	にんじん ほししいた け しょうが ほうれ んそう	えびせん ぎゅうにゅう	サブリ ぎゅうにゅう
5	月	さくらえびやきそば	かたぬきチーズ わかめのおかかあえ にらたまスープ パイナップルのかんづめ とうにゅう	ぶたにく さくらえび かつおぶし たまご	サラダあぶら ちゅう かめん さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり	クリームサンドクラッカー ぎゅうにゅう	カレーおにぎり むぎちゃ
6	火	ゆかりごはん	とりにくのたつたあげ みそドレサラダ ポトフ キウイフルーツ むぎちゃ	とりにく ハム みそ ワインナー	こめ かたくりこ サ ラダあぶら こま さ とう	しょうが にんじん きゅうり キャベツ コーン	あまからせんべい (1才児…わかめせんべい) ぎゅうにゅう	りんごむしパン ぎゅうにゅう
7	水	ごはん	はっほうさい たことブロックリーのちゅうかサラダ バナナ むぎちゃ	ぶたにく えび たこ	こめ かたくりこ こ まあぶら こま さと う	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし	パイ ぎゅうにゅう	ちぢみ ぎゅうにゅう
8	木	おかゆ	さばのしおやき ひじきのにも みかん むぎちゃ	とりにく さば あぶ らあげ	こめ こまあぶら さ とう こま	みつば にんじん ひ じき さやいんげん みかん	おりこうぎゅうにゅう	いちごジャムクッキー ぎゅうにゅう
9	金	メープルパン	ぶたにくのバーベキューソースやき エリンギとアスパラのソテー やさいスープ めいごにゅう	ぶたにく ベーコン きゅうにゅう	メープルパン サラダ あぶら パター	にんじん しょうが たまねぎ アスパラガ ス	ビスケット ぎゅうにゅう	おかしなめだまやき むぎちゃ
10	土	ごはん	とりにくのあますあんかけ だいこんサラダ ちゅうかスープ むぎちゃ	とりにく ハム ぶた にく	こめ かたくりこ さ とう こま こまあぶ ら	こねぎ にんじん きゅうり だいこん たまねぎ	クッキー ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…こませんべい) ぎゅうにゅう
12	月	カレーうどん	しおダッカルビ いわしスティック りんご めいごにゅう	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	うどん じゃがいも かたくりこ こまあぶ ら	にんじん たまねぎ ながねぎ にんにく にら	ざらめせんべい (1才児…クラッカー) ぎゅうにゅう	カリカリうめおにぎり むぎちゃ
13	火	こまつなチャーハン	シュウマイ きゅうりとちくわのごますあえ わかめスープ むぎちゃ	たまご ハム ぶたに く ちくわ	こまあぶら こめ こ ま さとう	ながねぎ こまつな にんじん きゅうり わかめ	しおせんべい ぎゅうにゅう	こめこのレーズンケーキ ぎゅうにゅう
14	水	ごはん	チキンとやさいのグリル ポテトサラダ しめじとウィンナーのスープ プリン ジュース	とりにく ハム ウィ ンナー	こめ オリーブオイル じゃがいも さとう	かぼちゃ たまねぎ ミニトマト にんじん コーン	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう	チーズあぶらスク むぎちゃ
15	木	バイキング館食 ハムピラフ しょくパン(ジャム)	さけのムニエル ポークチャップ シーフードサラダ ブロッコリー オニオンスープ ヨーグルト ジュース2しゆるい	ハム さけ ぶたにく えび ヨーグルト	こめ しょくパン ジャム こむぎこ パ ター さとう	にんじん たまねぎ コーン グリンピース ハセリ	クッキー ぎゅうにゅう	いなりまし むぎちゃ
16	金	ごはん (やきのり)	ぶたにくのさっぱりに ほうれんそうのおひだし おすいもの みかん むぎちゃ	ぶたにく かつおぶし とりにく かまぼこ	こめ さとう みりん	やきのり にんにく しょうが ほうれんそ う	わかめせんべい ぎゅうにゅう	コーンフレーク ぎゅうにゅう
17	土	なすミートスパゲティ	グリーンサラダ もやしのたまごスープ グレープフルーツ めいごにゅう	ぶたにく こなチーズ ハム たまご	スパゲティ サラダあ ぶら さとう かたくり こ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ なす	ビスケット ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…えびせんべい) むぎちゃ
19	月	チーズパン	タンドリーチキン わかめサラダ コンソメスープ めいごにゅう	ヨーグルト とりにく ハム めいごにゅう	チーズパン こま さ とう こまあぶら	にんにく わかめ に んじん きゅうり た まねぎ	ウエハース ぎゅうにゅう	ベリーミルクプリン むぎちゃ
20	火	ごはん	ぶたにくとほうれんそうのみそいため きゅうりのちゅうかあえ はくさいとハムのスープ もものかんづめ むぎちゃ	ぶたにく みそ ハム	こめ こまあぶら さ とう こま	にんじん たまねぎ ほうれんそう きゅう り もも	あまからせんべい (1才児…こませんべい) ぎゅうにゅう	じゃがバター ぎゅうにゅう
21	水	ごはん	さわらのごまからあげ きりほしだいこんのふくめに とうみょうとえのきのわふうスープ むぎちゃ	さわら あぶらあげ とうふ	こめ こま かたくり こ サラダあぶら さ とう	にんじん きりほしだ いこん こまつな とう みょう	ビスケット ぎゅうにゅう	バナナ ぎゅうにゅう
22	木	ほうとう	とりにくのにも キャベツのゆかりあえ パイナップル めいごにゅう	ぶたにく あぶらあげ みそ とりにく	ほうとう さとう みりん	にんじん だいこん しいたけ かぼちゃ ながねぎ	ふがし ぎゅうにゅう	コーンおにぎり むぎちゃ
23	金	ぶたバラはるさめどん	とうふのマヨサラダ レタスのちゅうかスープ キウイフルーツ むぎちゃ	ぶたにく とうふ か つおぶし とりにく	こめ サラダあぶら はるさめ マヨネーズ こま	にんじん たまねぎ こねぎ きゅうり え のきだけ	しおせんべい ぎゅうにゅう	スコーン ぎゅうにゅう
24	土	チキンライス	しろみざかなのバターじょうゆやき ミモザサラダ とうにゅうスープ むぎちゃ	とりにく かじき か にかま ハム たまご ベーコン	こめ サラダあぶら こむぎこ パター さ とう	にんじん たまねぎ コーン グリンピース ハセリ	サブリ ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…こませんべい) ぎゅうにゅう
26	月	ぶりかけごはん	ポテトのそぼろに あじつきこさかな こまつなごますあえ いちご むぎちゃ	かつおぶし ぶたにく いわし	こめ じゃがいも ち くわが さとう かた くりこ こま	にんじん たまねぎ ほししいたけ もやし こまつな	コーフレット ぎゅうにゅう	コーンマヨトースト ぎゅうにゅう
27	火	バターロール	クリームシチュー スペニッシュオムレツ ほうれそうとツナのサラダ むぎちゃ	とりにく きゅうにゅう う たまご ベーコン ツナ	バターロール じゃが いも さとう	にんじん たまねぎ コーン ハセリ ピー マン	のりせんべい ぎゅうにゅう	りんご ぎゅうにゅう
28	水	ごはん	さけのこうみソースかけ チンゲンサイのオイスターいため だいこんとささみのスープ むぎちゃ	さけ あつあげ とり にく	こめ かたくりこ さ とう こま こまあぶ ら	ながねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ みつば	クラッカー ぎゅうにゅう	さくらえびいりおこのみやき ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します
☆延長保育用おやつは別途あります

今月の平均栄養摂取量(給食)	
エネルギー	498 kcal
たんぱく質	17.4 g

豚汁 1日(木)

子ども達が育てた冬野菜が
たくさん入っています。

年長ぐみ…さといも
年中ぐみ…にんじん
お楽しみに!

園内成道会 8日(木)

の様がお待ちを開かれた
事を祝う日です。
村の娘から牛乳がゆの供養を受け
座禅に入ったことになみ、園では
の様のようにおりこうになるように
『牛乳』と『おかゆ』をいただきます。



誕生会 14日(水)

おたんじょうび
おめでとう