

りいべ保育園 12月献立表



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
					1	2
給食	今年の冬至は12月22日です 一年で最も昼が短く夜が長くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物を探るとよいとされています。かぼちゃ（ビタミン）もその一つで夏のかぼちゃを冬まで保存し、貴重なビタミン源として食べられていました。この日にかぼちゃを食べると、風邪をひかないと言われています。柚子湯は柚子の強い香りで邪気を払うとされており、柚子の成分が血行を促進し身体を温めてくれます。園では12月21日にかぼちゃの含め煮を給食で出します。				ごはん ポークチャップ キャベツのごまマヨ和え 味噌汁 スイートポテト おやつ	ごはん 豚肉の柳川風 ごま酢和え キウイ おやつ おやつ
午前おやつ						
午後おやつ						
	4	5	6	7	8	9
給食	ごはん 豚肉と大根の炒め煮 ほうれん草のお浸し みかん	炊き込みごはん 魚のバター醤油焼き きゅうりの酢の物 味噌汁	ビーフカレー 白菜サラダ フルーツヨーグルト	ごはん 鶏肉の照りマヨ焼き ほうれん草とコーンのソテー 味噌けんちん汁	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き いんげんのごま和え 一口ゼリー	ごはん 鶏肉の玉ねぎソースかけ 小松菜の煮浸し 味噌汁
午前おやつ	食パンラスク	おやつ	おやつ	マカロニきな粉	おやつ	おやつ
午後おやつ	おやつ	クッキー	トマトチーズクラッカー	おやつ	コーンマヨパン	おやつ
	11	12	13	14	15	16
給食	ごはん 鱈の蒲焼き ちくわの利休煮 豚汁	焼きそば ゆかりおにぎり ナムル わかめスープ	ごはん 鶏肉のトマト煮 さつま芋サラダ りんご	ごはん 魚のねぎ味噌焼き 五目金平 すまし汁	ごはん 八宝菜 磯香和え バナナヨーグルト	ごはん 味噌バター肉じゃが 和風サラダ オレンジ
午前おやつ	おやつ	人参蒸しパン	おやつ	クラッカーサンド	おやつ	おやつ
午後おやつ	りんごのケーキ	おやつ	フレンチトースト	おやつ	マドレーヌ	おやつ
	18	19	20	21	22	23
給食	ロールパン 南瓜シチュー きゅうりとツナの和え物 フルーツポンチ	芋ごはん 白身魚のパン粉焼き 炒り豆腐 味噌汁	ごはん 鶏肉と大根の煮物 ニラ玉 バナナ	豚丼 かぼちゃの含め煮 具沢山味噌汁 みかん	わかめごはん/バナナコッタ エビフライタルタルソース きゅうりとコーンのサラダ ミネストローネ	ごはん タンドリーチキン 温野菜サラダ 味噌汁
午前おやつ	おやつ	ジャムサンド	おやつ	ホットケーキ	おやつ	おやつ
午後おやつ	焼きおにぎり	おやつ	ココアマフィン	おやつ	いちごスタードパイ	おやつ
	25	26	27	28	29	
給食	エビピラフ/スパソテー チューリップ唐揚げ コールスローサラダ コーンポタージュ/いちごサンタ	ごはん 鶏つくねの照り焼き フロッコリーの中華和え かきたま汁	ひじきごはん 鮭の黄金焼き 野菜ソテー 味噌汁	ごはん 豚肉のニラ玉炒め オクラ納豆 のっぺい汁	鶏塩うどん のりおにぎり 白和え いちご	今年も給食への理解が深まりました。今年もよろしくお願ひいたします。よいお年をお迎えください。
午前おやつ	フルーチェ	きな粉蒸しパン	おやつ	じゃこトースト	おやつ	
午後おやつ	クリスマスツリーパフェ	おやつ	蒸し芋	おやつ	おやつ	