

12月行事・献立予定

平成30年 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	土				牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
3	月	身体測定	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 たまねぎ 人参 もやし ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 卵 チーズ パナナ	牛乳 ひとくちビスケット	牛乳 オレンジゼリー
4	火		おでん ゆでブロッコリー 花麩のすまし汁 グレープフルーツ	鶏肉 だいこん 人参 こんぶ こんにゃく ちくわ ブロッコリー たまねぎ わかめ 花麩 ねぎ グレープフルーツ	牛乳 りんご	牛乳 スイートポテト
5	水		☆ おたのしみランチ ☆	豚肉 しいたけ 人参 たけのこ ねぎ 鶏肉 生姜 はくさい 人参 コーン ツナ ごま ウインナー ジャがいも りんご	飲むヨーグルト クラッカー	お茶 フルーツプリン
6	木		ボークカレー 野菜のドレッシングサラダ チーズ みかん	豚肉 ジャがいも たまねぎ 人参 キャベツ 人参 だいこん ツナ チーズ みかん	牛乳 サンドビスケット	牛乳 さつま芋クッキー
7	金	布団持ち帰り	焼きさんま ほうれん草の白和え かぼちゃの甘煮 かきたま汁 パナナ	さんま ほうれん草 人参 ひじき 豆腐 こんにゃく ごま かぼちゃ 白菜 人参 ねぎ 卵 パナナ	牛乳 みかん	牛乳 割れパン
8	土				牛乳 米菓子	牛乳 ビスケット
10	月	交通安全指導	焼きそば チキンスティック かみかみいりこ ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 みかん	中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ 人参 もやし 鶏肉 いりこ ブロッコリー だいこん 生揚げ ねぎ みかん	牛乳 ポーロ	お茶 ふかし芋
11	火	絵本代集金	焼きししゃも 小松菜のお浸し 五目煮豆 白菜のすまし汁 りんご	ししゃも 小松菜 もやし 人参 大豆 人参 しいたけ こんにゃく こんぶ いんげん 白菜 人参 ねぎ りんご	牛乳 ウエハース	牛乳 肉まん
12	水		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 たまねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ ツナ たまねぎ 人参 ジャがいも オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 ビスケット
13	木		鮭のホイル焼き マカロニサラダ 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 人参 パセリ キャベツ マカロニ 人参 ハム コーン じゃがいも たまねぎ にんじん グレープフルーツ	牛乳 コーンフレーク	お茶 豆腐ドーナツ
14	金		揚げぎょうざ 伴三糸 わかめの中華スープ パナナ	ぎょうざの皮 豚肉 キャベツ たまねぎ しょうが 春雨 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 たまねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 かりんとう	牛乳 塩せんべい
15	土				牛乳 ウエハース	牛乳 カステラ
17	月		みるくパスタ ポイル野菜のオーロラソースかけ 白菜のコンソメスープ パナナ	スパゲティ 玉ねぎ キャベツ パセリ ウインナー ブロッコリー 人参 キャベツ 白菜 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 米菓子	牛乳 豆乳クッキー
18	火		コロッケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 いちご	じゃがいも さつまいも 豚肉 たまねぎ キャベツ きゅうり 人参 ちくわ 白菜 人参 生揚げ いちご	牛乳 ビスケット	牛乳 蒸しパン
19	水	食育の日	白身魚のグラタン ひじきふりかけ ビーンズサラダ 麩のすまし汁 みかん	おひょう 玉ねぎ 人参 ほうれん草 マッシュルーム チーズ ひじき ごま しらす 大豆 人参 きゅうり コーン 麩 わかめ ねぎ みかん	牛乳 クラッカー	牛乳 マカロニあべかわ
20	木		ミートボールの甘辛煮 キャベツとちくわの酢の物 甘煮豆 卵スープ オレンジ	鶏肉 豚肉 たまねぎ ひじき しいたけ キャベツ ちくわ わかめ 金時豆 卵 たまねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 ミレービスケット	お茶 おにぎり
21	金	クリスマス誕生会 布団持ち帰り	☆ クリスマスランチ ☆	鶏肉 パセリ りんご にんにく れんこん 海苔 きゅうり ツナ 人参 ジャがいも コーン スパゲティ 鶏肉 たまねぎ ビーマン マッシュルーム 人参 いちご	飲むヨーグルト サブレ	牛乳 クリスマスプリン
22	土				牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
25	火		天ぷらうどん お魚ふりかけ ポイルウインナー ほうれん草のごま和え みかん	うどん なると 人参 ねぎ ジャコ たまねぎ 人参 あおのり さつまいも ウインナー ほうれん草 小松菜 人参 もやし みかん	牛乳 クラッカー	牛乳 あんぱん
26	水	避難訓練	焼鯖 ポイルキャベツ ひじきの炒め煮 冬野菜のクリームシチュー バナナ	鯖 キャベツ ひじき ごぼう 人参 油揚げ こんにゃく いんげん しいたけ 人参 たまねぎ ジャがいも 鶏肉 かぶ バナナ	牛乳 スティックパン	お茶 ヨーグルト
27	木		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	だいこん ねぎ 豚肉 人参 こんにゃく ブロッコリー 人参 かつお節 なめこ 豆腐 ねぎ 玉ねぎ グレープフルーツ	牛乳 パナナ	牛乳 ホットケーキ
28	金	布団持ち帰り	チキンカレー かぼちゃのココロサラダ キャラクターチーズ りんご	鶏肉 たまねぎ 人参 かぼちゃ きゅうり ジャがいも チーズ りんご	牛乳 あられ	牛乳 カルシウムせんべい

おたのしみランチ・・・中華おこわ 鶏肉のから揚げ 白菜サラダ ウインナー フライドポテト りんご

クリスマスランチ・・・シューシーチキンのアップルソースかけ トナカイのクリスマス ツリーサラダ ナポリタンスパゲティ ジャが芋のスープ いちご

今月の果物はりんご、バナナ、オレンジ、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。