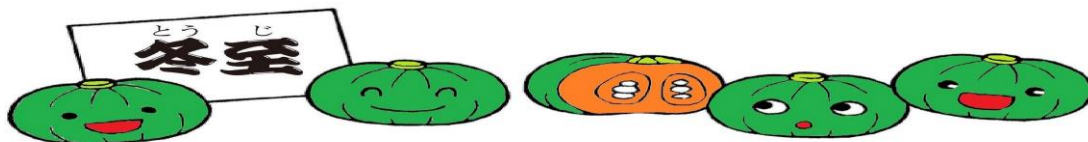




# 12月献立表



日	曜	献立名	離乳食	3歳未満児おやつ	全児午後おやつ
1	木	天津飯 ほうれん草としめじのソテー チーズ 味噌汁 フルーツ	粥 ほうれん草のお浸し チーズ 味噌汁 フルーツ	ブルー 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク
2	金	麦ごはん ちくわの肉詰め揚げ オーロラサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 鶏そぼろ煮 春雨煮 味噌汁 フルーツ	小魚 鉄ミルク	お好み焼き お茶
3	土	ホットドッグ ブルー ミニゼリー 牛乳	パン粥 ブルー ミニゼリー 飲み物	飲み物	せんべい お茶
5	月	麦ごはん 魚の竜田揚げ ミモザサラダ 豆乳クラムチャウダー フルーツ	粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	ポップコーン ミロミルク
6	火	麦ごはん 治部煮 ほうれん草ともやしのおかか和え 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 根菜煮 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	フルーツ入り手作りヨーグルト ビスケット
7	水	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ きゅうりの塩昆布和え チーズ フルーツ	煮込みうどん 野菜煮 チーズ フルーツ	ブルー 豆乳	ピザトースト お茶
8	木	冬野菜カレー もやしときゅうりの酢味噌和え スープ フルーツ	粥 マッシュポテト 人参煮 スープ フルーツ	小魚 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク
9	金	麦ごはん 豚カツ 千キャベツ マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 マカロニ煮 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	フルーチェ ビスケット
10	土	おにぎり ウインナー パナナ チーズ 牛乳	粥 ウインナー パナナ チーズ 飲み物	飲み物	ビスケット お茶
12	月	パン じゃがいもと鮭のクリーム焼き ビーナッツ和え スープ フルーツ	パン粥 野菜煮 ほうれん草のおひたし スープ フルーツ	チーズ 鉄ミルク	たぬきうどん
13	火	麦ごはん 豆腐の中華煮 春雨サラダ スープ フルーツ	粥 豆腐煮 春雨煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	飲む手作りヨーグルト ビスケット
14	水	麦ごはん いかと大根の煮物 ナムル風煮浸し 納豆 味噌汁 フルーツ	粥 大根煮 野菜煮 挽き割り納豆 味噌汁 フルーツ	小魚 豆乳	ジャムパン カルピス
15	木	親子丼 かにかまサラダ 大根の漬物 味噌汁 フルーツ	粥 野菜煮 キャベツのおひたし 味噌汁 フルーツ	ブルー 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク
16	金	麦ごはん 焼肉 コールスローサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 キャベツ煮 味噌汁 フルーツ	チーズ 鉄ミルク	揚げパン お茶
19	月	麦ごはん 煮魚 スパゲティサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 マカロニ煮 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	りんごケーキ 紅茶
20	火	★ 誕 生 会 お 楽 し み 献 立 ★		ビスケット りんごジュース	お誕生日ケーキ 紅茶 ★★★
21	水	麦ごはん レバーの唐揚げ おからの煮物 味噌汁 フルーツ	粥 レバーペースト おからの煮物 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 豆乳	シリアル入り手作りヨーグルト ビスケット
22	木	ハッシュドビーフ 味噌マヨ和え チーズ スープ フルーツ	粥 野菜煮 キャベツのおひたし チーズ スープ フルーツ	小魚 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク
23	金	天 皇 誕 生 日			
24	土	ハムチーズサンド ミニゼリー ブルー 牛乳	パン粥 ミニゼリー ブルー 飲み物	飲み物	せんべい お茶
26	月	ミートソーススパゲティ 蒸し餃子 ポイルブロッコリー スープ フルーツ	煮込みうどん かぼちゃ煮 ブロッコリーのおひたし フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	おにぎり お茶
27	火	もちつき会 (お餅: きなこ・あんこ・しょうゆ サツマ豚汁 みかん)	野菜入り煮込みうどん みかん	チーズ 鉄ミルク	ジャム入り手作りヨーグルト ビスケット
28	水	麦ごはん クリームシチュー キャベツのおかか和え スープ フルーツ	粥 野菜煮 キャベツのおひたし スープ フルーツ	せんべい 豆乳	スティックパン ミロミルク



冬至とは、1年で一番昼が短くなる日のことです。この日は、昔からゆず湯に入って、かぼちゃを食べる風習があります。これは、かぼちゃを食べると風邪をひきにくくなる、中風(脳卒中などによる半身不随や手足のまひなど)にならないという言い伝えがあるからです。また、冷蔵庫などがなかった時代、保存のきくかぼちゃはビタミン源として重宝な野菜だったと思われています。



※材料等の都合により、献立が変更になる事もあります