

12月の献立予定表

武内保育園

| 日 | 曜 | 副食(共通) | 未満児 | | おやつ | |
|----|---|-----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|
| | | | 主食 | 追加食 | 9時(未満児) | 3時(共通) |
| 1 | 土 | おゆうぎ会 (パン,ジュース,バナナ) | | | 🎵🎵🎵🎵🎵🎵 | |
| 3 | 月 | 魚のベーコン蒸し,ポテトサラダ,わかめの味噌汁,みかん | 麦ごはん | 金平れんこん | コーンフレーク | おむすび(やさい) |
| 4 | 火 | 松風焼き,アーモンド和え,麩の味噌汁,バナナ | 麦ごはん | 鶏肉のおろし煮 | ジュース,ウエハース | 牛乳,ごまトースト |
| 5 | 水 | お弁当の日 | | | いりこ | おむすび(おかか) |
| 6 | 木 | 鶏肉の甘酢あんかけ,チーズ納豆,白菜の味噌汁,ゼリー | 麦ごはん | 南瓜の煮物 | 牛乳パン | ミルク,さつま芋の蒸しパン |
| 7 | 金 | ハヤシライス,南瓜とささみの和え物,キウイフルーツ | 麦ごはん | えびの天ぷら | バナナ | ジュース,ボルガ |
| 8 | 土 | キャベツのキッシュ,ほうれん草のごま和え,えのきの味噌汁 | 麦ごはん | | 🍌🍌🍌🍌 | おむすび(わかめ) |
| 10 | 月 | 鶏肉のとろろま煮,おからサラダ,にらの味噌汁,りんご | 麦ごはん | 野菜炒め | コーンフレーク | おむすび(ごぼう) |
| 11 | 火 | マーボー豆腐,白和え,大根の味噌汁,ゼリー | 麦ごはん | がんもの煮物 | ジュース,チーズ | 牛乳,たこ焼き |
| 12 | 水 | ちゃんぽん,大豆のサラダ,たかなの油炒め,みかん | 麦ごはん | レバーの甘辛煮 | いりこ | おむすび(のり) |
| 13 | 木 | エビフライのタルタルソースかけ,ひじき炒め,豆腐の味噌汁,バナナ | 麦ごはん | 春雨のケチャップ煮 | 牛乳パン | ジュース,わらびもち |
| 14 | 金 | すき焼き風煮,しそごま炒め,里芋の味噌汁,キウイフルーツ | 麦ごはん | 焼き魚 | バナナ | 牛乳,キャロットケーキ |
| 15 | 土 | 丸天うどん,肉じゃが,海藻サラダ,味付のり | 麦ごはん | | 🎵🎵🎵🎵 | おむすび(しお) |
| 17 | 月 | 豚肉のしょうが焼き,ひじきサラダ,かき玉汁,りんご | 麦ごはん | 煮奴 | コーンフレーク | おむすび(ゆかり) |
| 18 | 火 | 鮭のホイル蒸し,おから炒め,もやしの味噌汁,みかん | 麦ごはん | 納豆和え | ジュース,ウエハース | ミルク,マフィン |
| 19 | 水 | ミートソーススパゲティ,根菜の炒め煮,わかめの味噌汁,バナナ | 麦ごはん | ごぼうの味噌煮 | いりこ | おむすび(たかな) |
| 20 | 木 | 竹輪の磯辺揚げ,中華サラダ,大根の味噌汁,りんご | 麦ごはん | じゃがいものそぼろ煮 | のむヨーグルト,クラッカー | ジュース,ハムチーズサンド |
| 21 | 金 | クリスマス会 会食 (おたのしみメニュー) | | | 牛乳パン | ケーキ |
| 22 | 土 | ピーマン炒め,金平れんこん,味噌汁,ふりかけ | 麦ごはん | | 🍌🍌🍌🍌 | おむすび(うめ) |
| 25 | 火 | 蒸し鶏のゴマダレかけ,豆腐サラダ,クリームシチュー,キウイフルーツ | 麦ごはん | 粉ふき芋 | コーンフレーク | にゅう麺 |
| 26 | 水 | 焼きそば,三色ごま和え,ちんげん菜の味噌汁,りんご | 麦ごはん | 肉団子 | ジュース,チーズ | おむすび(菜めし) |
| 27 | 木 | かぼちゃコロッケ,ひじき炒め,白菜の味噌汁,ゼリー | 混ぜご飯 | | いりこ | 牛乳,ホットドック |
| 28 | 金 | マカロニグラタン,中華炒め,麩の味噌汁,みかん | 麦ごはん | えびマヨネーズ和え | 飲むヨーグルト,ビスケット | ジュース,玉子ドーナツ |

12月 給食だよ!

年中行事を受け継ごう!

○冬至○

1年の中でもっとも昼間が短く、夜が長い日です。今年の冬至は12月22日です。昔から、冬至に南瓜を食べると風邪をひかないといわれています。

○年越しそば○

大晦日に縁起をかついて食べる年越しそばは、その細長い形から「家族が長生きするように」、そして他の麺より切れやすいという特徴から「一年の厄を断ち切る」などといわれています。

/ノロウイルスにご注意を!!

ノロウイルスは冬場を中心に流行する感染性胃腸炎の原因ウイルスの一種です。特に抵抗力が低い乳幼児や高齢の方は重度化しやすいため充分気を付けましょう。手をしっかり洗い、カキなどの二枚貝を食べる時は十分に加熱して食べましょう。使用した調理器具は洗浄、殺菌をし、感染を防ぎましょう。

