



12月の献立表



日	曜	食	未満児献立	おやつ	6時のおやつ
1	水	ごはん、味噌汁、親子煮、白菜のゆかり和え、動物チーズ、バナナ	親子丼	フルーチェ	スティックケーキ
2	木	ビーンズライス、ココロ野菜のコンソメスープ、みかんサラダ、ヨーグルト		いちご蒸しパン	せんべい
3	金	ごはん、味噌汁、魚のマフィン、カラフル野菜ソテー、ヨーグルト		人参おやき	みかん
4	土	焼きそば、さつま芋スープ、パインヨーグルト		牛乳 菜っ葉おにぎり	お菓子
6	月	麻婆丼、春雨スープ、ナムル、ヨーグルト		一口きな粉パン	スティックケーキ
7	火	ごはん、味噌汁、肉じゃが、切干大根のさっぱり和え、ヨーグルト		ポパイケーキ	バナナ
8	水	🎄誕生会🎄 チキンピラフ、野菜コンソメスープ、カラフルミートローフ、ツリーサラダ、フルーツ		フルーチェ	せんべい
9	木	ごはん、すまし汁、さばの甘味噌蒸し焼き、きゅうりの酢の物、ヨーグルト		黒糖ダーギー	みかん
10	金	ホットドック、冬のあったかポトフ、チーズサラダ、ヨーグルト		五平餅	スティックケーキ
11	土	カレーうどん、粉ふき芋、みかんヨーグルト		牛乳 ゆかりおにぎり	お菓子
13	月	炒め納豆丼、にゅうめん汁、ごぼうのごまよごし、ヨーグルト		コーンマヨトースト	せんべい
14	火	ごはん、味噌汁、肉豆腐、ひじきときゅうりのマヨネーズ和え、ヨーグルト		大学芋	バナナ
15	水	🎄お楽しみ会🎄 カラフルおにぎり、キラキラスープ、タンドリーチキン、りんごサラダ、クラッシュゼリー		ヨーグルトドリンク お菓子	スティックケーキ
16	木	ごはん、味噌汁、鮭の変わり西京焼き、富有柿の白和え、ピピピチーズ、ヨーグルト		メープル バナナケーキ	みかん
17	金	ごはん、かぶのスープ、スパニッシュオムレツ、チキンサラダ、ヨーグルト		フルーツボンチ	せんべい
18	土	焼きビーフン、トマトスープ、バナナヨーグルト		牛乳 わかめおにぎり	お菓子
20	月	ごはん、豚汁、豆腐のふわとろボール、小松菜の和え物、ヨーグルト		アップルポテト	バナナ
21	火	ハヤシライス、野菜コンソメスープ、さつま芋サラダ、バナナ		スキムココア お菓子	スティックケーキ
22	水	ごはん、味噌汁、さばの南部揚げ、納豆和え、ヨーグルト		冬至 かぼちゃしるこ	せんべい
23	木	ごはん、ワンタンスープ、油淋鶏、中華サラダ、ヨーグルト		キャロットケーキ	みかん
24	金	アベクトースト、キャベツわかめスープ、ホワイトソースの煮込みハンバーグ、ヨーグルト		にんにく炒飯	スティックケーキ
25	土	スパゲティナポリタン、ココロスープ、ピーチヨーグルト		牛乳 ゆかりおにぎり	お菓子
27	月	ごま塩ご飯、白菜汁、鮭のポテト焼き、切干大根の旨煮、ヨーグルト	ごま塩 おにぎり	スティック チーズケーキ	バナナ
28	火	ごはん、味噌汁、生揚げの中華風煮、しらす和え、ヨーグルト		オレンジパバロア	せんべい
29	水	ちゃんぽんラーメン、磯辺さつま芋、フルーツヨーグルト		炊き込みご飯	スティックケーキ
30	木	お弁当の日（味噌汁、チーズ、ゼリーが付きます。）		米粉のマフィン	お菓子
31	金	休園日			
1/3	月	休園日			
1/4	火	サーモンシチューライス、わかめスープ、春雨のマヨサラダ、ヨーグルト		芋ようかん	せんべい
1/5	水	ごはん、味噌汁、松風焼き、ごま和え、ヨーグルト		牛乳寒天	スティックケーキ

献立は変更する場合があります。



食育活動報告



◎ オレンジパワー実験

オレンジの皮を使って、油性マジックの文字を消してみました。皮の汁が出始めるとインクがにじんで文字が消え始めるのにびっくりでしたよ♪
是非、家庭でも試してみてくださいね。

◎ 片栗粉作り

擦りおろしたじゃが芋をガーゼに包み、水の中で揉むと、底にでん粉が沈みます。何度か水をかえて洗んだでん粉を乾かすと、真っ白な片栗粉が出来上がりました。次の日にわらび餅にして食べましたよ。

🍷 プチクッキング 12/24(金)

(ゆり、ひまわり、ばら)

ホワイトソースの煮込みハンバーグ

星型人参、かぼちゃ、ブロッコリーの野菜をクリスマスっぽく可愛くトッピングしますよ☆彡

