



12月の献立表



わくわくの森保育園

日	曜日	午前おやつ (未満児)	離乳食	昼食	午後おやつ	午後おやつ (離乳食)
1	日		ベビーランチ (月齢に応じて)	親子丼、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
2	月		スクランブル エッグ	納豆チャーハン、ホイコーロー、味噌汁、バナナ	ココア揚げパン 牛乳	乳児用菓子
3	火		炒り豆腐	きのご麻婆豆腐丼、コールスローサラダ、スープ	お好み焼き	ポテトおやき
4	水	スキムミルク	魚のほぐし煮	白飯、魚の胡麻味噌焼き、ほうれん草ナムル、すまし汁	おいもクラッカー サンド、牛乳	蒸かし芋
5	木		炒り卵	いなり寿司、キャベツの卵とじ、味噌汁、みかん缶	りんごゼリー	ベビーダノン
6	金		レバー入りポテト	食パン、レバーのケチャップ煮 きゅうりとちくわの酢の物、カップゼリー	おからチーズ りんごケーキ、牛乳	いちごスティック
7	土		煮込みうどん	五目うどん、ヨーグルト、バナナ、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
8	日		ベビーランチ (月齢に応じて)	ハヤシライス、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
9	月		ほうれん草ソテー	ほうれん草入りカレーライス、中華風サラダ、すまし汁	デニッシュパン 牛乳	乳児用菓子
10	火		魚のホワイト ソースがけ	食パン、魚のグラタン、伴三絲、スープ	菓子、牛乳	スティックパン
11	水	スキムミルク	煮込みうどん	ほうとう風うどん、ヨーグルト、バナナ	アメリカンドック 牛乳	りんご
12	木		ひじき入り炒り卵	白飯、ひじき入り厚焼き卵、 キャベツとブロッコリーのマヨネーズ和え、味噌汁	おふすなック 牛乳	バナナ
13	金		野菜のコンソメ煮	五目ピラフ、小松菜と厚揚げの炒め物、すまし汁、いちご	もちもちチーズパン 牛乳	いちご
14	土		野菜おじや	カレーライス、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
15	日		ベビーランチ (月齢に応じて)	中華丼、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
16	月		煮込みパスタ	チキンのクリームスパゲッティー、キャベツの塩昆布和え、スープ	【おにぎりday】 ゆかり御飯、麦茶	バナナスティック
17	火		ポテトの甘煮	なめたけ御飯、厚揚げ入り麻婆春雨、味噌汁、みかん缶	ホットドッグ 牛乳	みかん シロップ漬け
18	水	スキムミルク	魚のほぐし煮	白飯、魚の唐揚げ、ほうれん草のマヨネーズ和え、すまし汁	今川焼き、牛乳	乳児用菓子
19	木		野菜おじや	ロールパン、ポークシチュー、大根サラダ、りんご	ケーキ	スティックパン
20	金		かぼちゃの マッシュ	わかめしらす御飯、切干大根の煮物、味噌汁、カップゼリー	フルーツヨーグルト	ヨーグルト
21	土		野菜おじや	ハヤシライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
22	日		ベビーランチ (月齢に応じて)	親子丼、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
23	月		ほうれん草ソテー	塩鮭の混ぜ御飯、味噌焼き肉、すまし汁	肉まん、牛乳	バナナ
24	火		野菜おじや	【♡わくわくクリスマスランチ♡】 クリスマスツリーライス、ナゲット、きのごサラダ、コーンスープ、クリスマスゼリー	クリスマス ブラウニー、牛乳	米粉ケーキ
25	水	スキムミルク	ポテトのマッシュ	米粉パン、タンドリーチキン、ポテトサラダ、スープ	プリン	スティックパン
26	木		炒り豆腐	白飯、豆腐入り松風焼き、キャベツともやし胡麻和え、すまし汁	みかん、菓子	みかん
27	金		煮込みうどん	年越しうどん、さつまいもの甘煮、オレンジ	菓子、牛乳	乳児用菓子
28	土		野菜おじや	カレーライス、オレンジゼリー、バナナ、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
29	日			<年末休園>		
30	月			<年末休園>		
31	火			<年末休園>		

〈今月の目標〉

- ・うがい、手洗いを十分に行い、習慣づけましょう。
- ・寒さに負けない丈夫な体を作るためにバランスの良い食事をしましょう。
- ・クリスマスの食事やケーキを食べ、外国の文化に興味を持ちましょう



〈今月のお楽しみ〉

- ・16(月)は、「おにぎり day」です♪
- ・19(木)は、「12月の誕生者 HappyDay」です！
ポークシチューとケーキでお祝いします♡
- ・24(火)は、「♡わくわくクリスマスランチ♡」です☆彡
みんなでクリスマスランチを食べて楽しく
過ごしましょう！！

★ムーン組・マーズ組では、チョコ・カスタードは使用していません。その代わりに代替品のものを提供しています。

★マーズ組では、後半から進級に向けて食べる機会を増やしていきます。