




12月の献立表



みどりの丘保育所

平成30年度

日	曜	献立名		おやつ		主な材料
		昼食	3時10時	3時		
1	土	牛丼 味噌汁 チーズ バナナ	飲み物	豆乳飲料 パン		牛肉 豆腐 わかめ 人参 油あげ ねぎ たまねぎ
3	月	ピラフ フルーツサラダ 白菜スープ ゼリー	豆乳バナナ 白い風船	スキム おにまん		豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 白菜 椎茸 レーズン みかん缶
4	火	ごはん 鶏のキャロット焼き スパンテー 根菜スープ バナナ	牛乳 ビスコ	りんごゼリー		鶏肉 人参 ベーコン 玉ねぎ ピーマン 蓮根 ごぼう 椎茸
5	水	ごはん 鯖の味噌煮 ゼリー おひたし 粕汁	牛乳 せんべい	スキム シュガートースト		鯖 生姜 キャベツ 人参 小松菜 大根 竹輪 里芋 油あげ ねぎ
6	木	バターロールパン 鉄骨サラダ 肉団子のクリーム煮 みかん	牛乳 丸ぼうろ	ひじきおにぎり		合ミンチ 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ 大根 小松菜 干しえび
7	金	雑穀ごはん 干草卵焼き じゃこあえ すまし汁 ブルーン	ジョア あられ	すいとん		卵 いんげん ツナ 椎茸 しらす えのきたけ 麩 わかめ 小松菜
8	土	発表会(持ち帰り給食)				パン 飲み物 ゼリー
10	月	ポークカレー ごまふくあえ チーズ バナナ	豆乳 芋かりんとう	牛乳くずもち		豚肉 大豆 さつまいも 人参 小松菜 もやし 大根
11	火	ごはん ポトフ 大根サラダ オレンジ	牛乳 ウエハース	おしるこ		豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ウインナー 白菜 水菜 大根
12	水	ごはん 鮭の塩焼き ブルーン ひじきの煮物 田舎汁	豆乳 卵ボーロ	スキム 青のりクッキー		鮭 ひじき こんにゃく 人参 大豆 ごぼう 里芋 大根 ねぎ
13	木	味噌ラーメン おきなあえ バナナ	牛乳 昆布 白い風船	さつまいも おにぎり		豚肉 もやし 玉ねぎ しいたけ さつまいも 人参 小松菜 大根
14	金	ごはん 煮込みハンバーグ みかん コールスローサラダ 栄養スープ	ジョア 煮干し	スキム ウインナードック		合ミンチ 人参 玉ねぎ しめじ ブロッコリー 白菜 じゃが芋 パセリ
15	土	親子丼 即席つけ 牛乳 バナナ	飲み物	豆乳飲料 パン		鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ 竹輪 わかめ
17	月	すき焼き丼 ゆかりあえ りんご	牛乳 野菜かりんとう	スキム にらチヂミ		牛肉 豚ミンチ ニラ 人参 大根 もやし 麩 キャベツ 小松菜
18	火	ごはん 鶏じゃが 甘酢あえ バナナ	牛乳 リッツ	にゅうめん (3上:チーズ)		鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 大豆 キャベツ わかめ 小松菜
19	水	わかめごはん ちゃんこ鍋風 ごま竹輪あえ ゼリー	ジョア 煮干し	スキム おこのみ風蒸しパン		鶏ミンチ 卵 生姜 ごぼう 竹輪 白菜 しめじ ブロッコリー キャベツ
20	木	ごはん 南瓜のそぼろ煮 オレンジ レバー煮 ブロッコリーの卵あえ	牛乳 ビスコ	ココア ポップコーン		鶏ミンチ 南瓜 じゃが芋 人参 ブロッコリー 卵 玉ねぎ キャベツ

日	曜	献立名		おやつ		主な材料
		昼食	3時10時	3時		
21	金	パン ローストチキン れんこんチップ かたがた フライドポテト ゼリー 他	豆乳 ビスケット	ホットカルピス ゆきだるまケーキ		鶏肉 蓮根 ウインナー 人参 ブロッコリー ピーマン じゃが芋他
22	土	やきそば 牛乳 チーズ バナナ	飲み物	わかめおにぎり		豚肉 キャベツ 人参 もやし
24	月	振替休日				
25	火	ごはん 豚肉のごままぶし れんこん和え きのご味噌汁 ゼリー	牛乳 シガーフライ	スキム きなこマカロニ		豚肉 蓮根 ブロッコリー 人参 大根 えのきたけ しめじ ねぎ
26	水	麦ごはん おでん 即席つけ みかん	牛乳 白い風船	スキム フランクフルト		鶏肉 うずら卵 厚揚げ 大根 竹輪 小松菜 昆布 キャベツ
27	木	年越しうどん 和え物 しゅうまい バナナ	豆乳 あられ	ゆかりおにぎり		鶏肉 竹輪 ごぼう 大根 椎茸 豚肉 キャベツ 人参 塩昆布
28	金	弁当日		飲み物 豆乳飲料 お菓子		
29	土					
31	月					

※都合により給食内容を変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは、月～土曜まで市販の菓子です。

12月の予定

- 8日 発表会
- 11日 給食委員会
- 14日 誕生会
- 20日 冬至献立(冬至は22日)
- 21日 クリスマス会
- 25日 お飾り作り
- 27日 年越し献立
- 28日 お弁当の日(保育納め)

12月の給食目標

嫌いなものでも少しずつ
 食べられるようにしましょう



※裏面に給食だよりがあります