

12月行事・献立予定

令和4年度 あさひ保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	木		おでん ゆでブロッコリー 花麩のすまし汁 ふりかけ グレープフルーツ	鶏肉 大根 人参 昆布 蒟蒻 ちくわ ブロッコリー 玉ねぎ わかめ 花麩 ねぎ 海苔 かつお節 グレープフルーツ	牛乳 りんご	牛乳 スイートポテト
2	金	生活発表会	クロック キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 みかん	じゃが芋 さつまい 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり 人参 ハム 白菜 人参 生揚げ みかん	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみ小魚
3	土				牛乳 ビスケット	
5	月		天ぷらうどん おさかなふりかけ (えび入りかき揚げ) ほうれん草のごま和え みかん	うどん なたと ねぎ 鰹節 ごま 海苔 玉ねぎ 人参 さつまい 海老 卵 ほうれん草 小松菜 人参 もやし 胡麻 みかん	牛乳 米菓子	豆乳 マシュマロサンド
6	火	1・5年生との交流会	かりん揚げ ブロッコリーサラダ きのこの味噌汁 パナナ	豚肉 生姜 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン えのき しめじ 人参 パナナ	牛乳 せんべい	ひじきおにぎり
7	水	身体測定	ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 人参 バター ブロッコリー キャベツ ツナ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 オレンジ	牛乳 パナナ	ヨーグルト
8	木	運動教室 (そう・きりん)	鮭のホイル焼き キャベツサラダ じゃが芋の味噌汁 グレープフルーツ	鮭 えのきだけ 玉ねぎ チーズ 人参 バター パセリ キャベツ 人参 ハム コーン きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 おからドーナツ
9	金		かんたんしゅうまい 伴三条 わかめ中華スープ パナナ	豚肉 玉ねぎ 筍 ねぎ 椎茸 生姜 春雨 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 チーズ	牛乳 塩せんべい
10	土				牛乳 せんべい	
12	月	交通安全指導 絵本代集金	たらこパスタ ポイル野菜のドレッシングサラダ 白菜のコンソメスープ パナナ	スパゲティー たらこ ブロッコリー 人参 キャベツ 白菜 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 みかん	牛乳 きな粉トースト
13	火		大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 グレープフルーツ	大根 ねぎ 豚肉 人参 蒟蒻 ブロッコリー 人参 かつお節 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ グレープフルーツ	牛乳 スティックパン	牛乳 肉まん
14	水	人形劇	ミートボールのケチャップ和え ポイルキャベツ 甘煮豆 卵スープ オレンジ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ 椎茸 卵 ミルク キャベツ 金時豆 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 クラッカー	飲むヨーグルト
15	木		キーマカレー 人参サラダ コンソメスープ りんご	豚肉 玉ねぎ 人参 人参 きゅうり レーズン チーズ 人参 玉ねぎ コーン パセリ りんご	牛乳 小魚	牛乳 さつまいの 塩キャラメル
16	金		鶏肉のトマト煮込み かぼちゃのコロコロサラダ えのきともやしのスープ パイン	鶏肉 玉ねぎ にんにく トマト 南瓜 きゅうり じゃが芋 人参 チーズ えのき もやし 小松菜 玉ねぎ 人参 ベーコン パイン	牛乳 ウエハース	牛乳 かりんとう
17	土				牛乳 クラッカー	
19	月		焼きそば ウインナー ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 みかん	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり ウインナー ブロッコリー 大根 油揚げ ねぎ みかん	牛乳 パナナ	ホワイトボンチ
20	火		★高野豆腐の煮物 ★ブロッコリーのオーロラソース和え じゃが芋のみそ汁 りんご	高野豆腐 鶏肉 かぶ 人参 コーン しだいけ ブロッコリー レタス じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ りんご	牛乳 せんべい	牛乳 ★ちんすこう
21	水	食育の日 避難訓練（不審者）	肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 蒟蒻 いんげん かに蒲鉾 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ オレンジ	豆乳 ビスケット	牛乳 クッキー
22	木	冬至	鰯のカラフル焼き かぼちゃの甘煮 ほうれん草の白和え かき玉汁パナナ	たら ピーマン パプリカ 南瓜 ほうれん草 人参 ひじき 豆腐 蒟蒻 ごま 白菜 人参 ねぎ 卵 パナナ	牛乳 みかん	牛乳 マカロニあべ川
23	金	クリスマス会 誕生会	☆おめでとー・クリスマスランチ ☆	鶏肉 にんにく 生姜 鶏肉 玉ねぎ 人参 バター グリンピース ブロッコリー パプリカ じゃが芋 人参 スパゲティ にんにく レタス パイン いちご	ヨーグルト	牛乳 ショートケーキ
24	土				牛乳 せんべい	
26	月	大掃除	野菜ラーメン グリーンサラダ チーズ オレンジ	中華めん 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ ブロッコリー きゅうり チーズ オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
27	火		焼鯖 ポイルキャベツ ひじきのいため煮 生揚げの味噌汁 パナナ	鯖 キャベツ ひじき ごぼう 人参 油揚げ 蒟蒻 さやいんげん 椎茸 玉ねぎ 生揚げ わかめ パナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 ビザトースト
28	水	保育納め	ポークカレー 野菜のドレッシングサラダ チーズ オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ 人参 大根 ハム チーズ オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 サンドビスケット

おめでとー・クリスマスランチ・・・から揚げ チキンライス ポテトサラダ スパソテー 添え菜 いちご パイン

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1歳児の主食は70gです。

今月の果物は、りんご、パナナ、オレンジ、パイン、みかん、いちご、グレープフルーツを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。