

12月の給食



14日 お弁当の日★
16日 お誕生日会★

ぐぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	木	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ほうれん草のサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ ほうれん草 コーン ツナ もやし わかめ チーズ 焼きそば キャベツ 豚肉 さとう しょうゆ す かつお マヨネーズ ソース	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】
2	金	カレーライス えのきのごま和え 果物 豆腐の中華スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 えのき きゅうり キャベツ パイン缶 豆腐 しいたけ かまぼこ 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース ごま	ビスケット ラムネ 牛乳
3	土	わかめごはん 高野豆腐の卵とじ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	米 わかめ 玉ねぎ 人参 高野豆腐 じゃが芋 卵 牛乳 さとう しょうゆ みそ	おせんべい ラムネ 牛乳
5	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 油揚げの酢の物 コンスープ	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 生姜 油揚げ きゅうり クリームコーン缶 ベーコン 牛乳 長芋 チーズ 豚ミンチ 小麦粉 青のり さとう しょうゆ みりん す	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・お茶】
6	火	ごはん コロケ マカロニサラダ ぶた汁	米 コロケ マカロニ キャベツ きゅうり 人参 豚肉 白菜 大根 果物 牛乳 みそ さとう しょうゆ ごま油 マヨネーズ す	★手作りおやつ★ 【果物・牛乳】
7	水	ごはん きつねうどん 大根サラダ かぼちゃの煮物 チーズ	米 生うどん 油揚げ 卵 ネギ 大根 人参 きゅうり じゃこ かぼちゃ チーズ 牛乳 さとう しょうゆ す みりん ごま油	ビスケット ラムネ 牛乳
8	木	ごはん イタリアスパゲティ ミートボール ポテトサラダ 卵汁	米 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ミートボール 卵 じゃが芋 きゅうり キャベツ 食パン 牛乳 さとう しょうゆ す マヨネーズ ケチャップ しお	★手作りおやつ★ 【フレンチトースト・牛乳】
9	金	カレーライス ツナサラダ 果物 春雨スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ツナ きゅうり キャベツ パイン缶 春雨 わかめ 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
10	土	チャーハン 卵の酢の物 おふとわかめのみそ汁	米 ベーコン キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 卵 おふ わかめ みそ しょうゆ さとう す しお	ビスケット ラムネ 牛乳
12	月	ごはん マーボー豆腐 じゃこの酢の物 さつま揚げのみそ汁	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生姜 キャベツ きゅうり じゃこ さつま揚げ 大根 ピーマン チーズ 蒸しパンの素 牛乳 みそ しょうゆ さとう す みりん	★手作りおやつ★ 【野菜蒸しパン・牛乳】
13	火	親子丼 白菜のごま酢和え 冬瓜のスープ	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 卵 白菜 ほうれん草 冬瓜 えのき ウィナー ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ す みそ みりん さとう ごま	★手作りおやつ★ 【アメリカドック・牛乳】
14	水	★お弁当の日★ なにがはいつてるかな??		おせんべい ラムネ 牛乳
15	木	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ほうれん草のサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ ほうれん草 コーン ツナ もやし わかめ チーズ 焼きそば キャベツ 豚肉 さとう しょうゆ す かつお マヨネーズ ソース	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】
16	金	ちらし寿司 えのきのごま和え 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう 人参 三度豆 卵 豆腐 えのき キャベツ きゅうり 白ごま さとう す しお しょうゆ みりん みそ	ビスケット ラムネ 牛乳
17	土	★クリスマス会★ サンタさん来るかな?!		
19	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 油揚げの酢の物 コンスープ	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 生姜 油揚げ きゅうり クリームコーン缶 ベーコン 牛乳 長芋 チーズ 豚ミンチ 小麦粉 青のり さとう しょうゆ みりん す	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・お茶】
20	火	ごはん コロケ マカロニサラダ ぶた汁	米 コロケ マカロニ キャベツ きゅうり 人参 豚肉 白菜 大根 果物 牛乳 みそ さとう しょうゆ ごま油 マヨネーズ す	★手作りおやつ★ 【果物・牛乳】
21	水	ごはん 肉うどん 大根サラダ かぼちゃの煮物	米 生うどん 牛肉 卵 ネギ 大根 人参 きゅうり じゃこ かぼちゃ 牛乳 さとう しょうゆ す みりん ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
22	木	ごはん イタリアスパゲティ ミートボール ポテトサラダ ブロッコリー 卵汁	米 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ミートボール 卵 じゃが芋 きゅうり キャベツ ブロッコリー ホットケーキの素 牛乳 さとう しょうゆ す マヨネーズ ケチャップ しお	★手作りおやつ★ 【クリスマス】
23	金	★祝日★ ★天皇誕生日★		
24	土	チャーハン 卵の酢の物 おふとわかめのみそ汁	米 じゃこ キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 卵 おふ わかめ みそ しょうゆ さとう す しお	ビスケット ラムネ 牛乳
26	月	ごはん マーボー豆腐 じゃこの酢の物 さつま揚げのみそ汁	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生姜 キャベツ きゅうり じゃこ さつま揚げ 大根 ピーマン チーズ 蒸しパンの素 牛乳 みそ しょうゆ さとう す みりん	★手作りおやつ★ 【野菜蒸しパン・牛乳】
27	火	親子丼 白菜のごま酢和え 野菜のみそ汁	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 卵 白菜 ほうれん草 わかめ ウィナー ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ す みそ みりん さとう ごま	★手作りおやつ★ 【アメリカドック・牛乳】
28	水	きつねうどん	生うどん 油揚げ 卵 ネギ しょうゆ さとう みりん	★午前保育★
29	木	★休日★ ★年末休み★		
30	金	★休日★ ★年末休み★		
31	土	★休日★ ★年末休み★		

*10時のおやつは、ヤクルトです。

*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。



今年最後の一月です。

あわただしい年末に向かう日々の中で、食事の時間はゆっくり、とれるようにできたらいいですね。

今月は餅つきにクリスマスと楽しい行事があります。どんな給食の時間になるか楽しみにしてください♪

そして、12月21日は冬至です。冬至は一年で最も昼が短く、夜が長い日で、「湯治(とうじ)」とかけゆず湯に入る風習があります。また、この日を境に太陽の力がよみがえり日が伸びていくことから、運気が上昇する日とされています。「ん」のつくものは、「運」がつくとされ冬至に食べると運がよくなるといわれています。「ん」が2つつく南瓜、レンコン、人参、銀杏、金柑、寒天、饅頭(うんどん)は「冬至の七草」と呼ばれより運気があがるとされているようです。

運の良いものを食べて、寒い冬を乗り切りましょう!!

