

2022年12月予定献立表

2022年度

— 毎月1日は野菜の日・毎月4日は栄養の日・毎月19日は食育の日—

3歳以上児・3歳未満児共通献立（昼食・午後おやつ）

いちご乳児保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3歳未満児 午前 おやつ				1日	2日	3日
				牛乳 りんご	牛乳 オレンジ	牛乳 キウイ
昼食				ご飯 味噌汁 （生揚げ・白菜） チンジャオロースー ブロックリー 味噌マヨネーズ グレープフルーツ赤	ご飯 味噌汁 （小松菜・ふのり） ハンバーグ 南瓜の含め煮 バナナ	トマトツナ スパゲティ キャベツと コーンのサラダ りんご
午後 おやつ				牛乳 ホットケーキ	牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい アップルゼリー	牛乳 リッツ
3歳未満児 午前 おやつ	5日	6日	7日	8日	9日	10日
	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 グレープフルーツ赤	牛乳 キウイ	牛乳 りんご	牛乳 オレンジ
昼食	ご飯 豆乳味噌汁 （白菜・油揚げ） 肉じゃが ブロックリーごま和え グレープフルーツ白	ご飯 さつまい 鮭の味噌焼き 小松菜と コーンのソテー りんご	ふりかけご飯 味噌汁 （切干大根・わかめ） 鶏肉きのこ煮 キャベツと しらすサラダ バナナ	ご飯 味噌汁 （水菜・玉ねぎ） 豚肉の生姜焼き 人参炒め煮 バナナ	テーブルロール ポークと野菜の スープ カレイのチーズ焼き 大根ツナサラダ パイン	ちゃんこ風うどん ほうれん草 しめじ炒め バナナ
午後 おやつ	ヨーグルト マンナウェファー かえり煮干	牛乳 豆パン	牛乳 ごまマフィン	牛乳 南瓜ジャムサンド	牛乳 たべっ子どうぶつ ビスケット	牛乳 ビスコ(赤)
3歳未満児 午前 おやつ	12日	13日	14日	15日	16日	17日
	牛乳 りんご	牛乳 グレープフルーツ白	牛乳 バナナ	牛乳 りんご	牛乳 オレンジ	牛乳 キウイ
昼食	ご飯 味噌汁 （玉ねぎ・麴） 豆腐チャンプルー 胡瓜のおかか和え キウイ	ご飯 味噌汁 （南瓜・えのき） チキンカツ ひじきの煮物 オレンジ	ご飯 根菜カレー ほうれん草 ごまツナ和え りんご	ご飯 味噌汁 （生揚げ・白菜） チンジャオロースー ブロックリー 味噌マヨネーズ グレープフルーツ赤	ご飯 味噌汁 （小松菜・ふのり） ハンバーグ 南瓜の含め煮 バナナ	トマトツナ スパゲティ キャベツと コーンのサラダ りんご
午後 おやつ	牛乳 スイートポテト	鉄強化チーズ マンナビスケット	牛乳 小麦胚芽の クラッカー	牛乳 ホットケーキ	牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい アップルゼリー	牛乳 リッツ
3歳未満児 午前 おやつ	19日	20日	21日	22日	23日	24日
	牛乳 オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 グレープフルーツ赤	牛乳 キウイ	牛乳 りんご	牛乳 オレンジ
昼食	ご飯 豆乳味噌汁 （白菜・油揚げ） 肉じゃが ブロックリーごま和え グレープフルーツ白	ご飯 さつまい 鮭の味噌焼き 小松菜と コーンのソテー りんご	ふりかけご飯 味噌汁 （切干大根・わかめ） 鶏肉きのこ煮 キャベツと しらすサラダ バナナ	ご飯 味噌汁 （水菜・玉ねぎ） 豚肉の生姜焼き 人参炒め煮 バナナ	テーブルロール スープ（コーン・パセリ） 鶏肉のから揚げ 人参甘煮 ブロックリー生姜和 え パイン	ちゃんこ風うどん ほうれん草 しめじ炒め バナナ
午後 おやつ	ヨーグルト マンナウェファー かえり煮干	牛乳 豆パン	牛乳 ごまマフィン	牛乳 南瓜小倉煮	牛乳 イチゴの ロールケーキ	牛乳 ビスケット
3歳未満児 午前 おやつ	26日	27日	28日	29日	30日	31日
	牛乳 りんご	牛乳 グレープフルーツ白	牛乳 バナナ			
昼食	ご飯 味噌汁 （玉ねぎ・麴） 豆腐チャンプルー 胡瓜のおかか和え キウイ	ご飯 味噌汁 （南瓜・えのき） チキンカツ ひじきの煮物 オレンジ	ご飯 根菜カレー ほうれん草 ごまツナ和え りんご	お休み	お休み	大晦日
午後 おやつ	牛乳 スイートポテト	鉄強化チーズ マンナビスケット	牛乳 小麦胚芽のクラッカー			

