



よていこんだてひよう



たっこんこどもえん 以上児

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
チンゲン菜の中華スープ 鶏つくね バンサンスー ヨーグルト	かぶのみそ汁 焼鮭 キャベツの梅和え オレンジ	麻婆豆腐 餃子 ゼリー	豆腐のすまし汁 鶏肉の柚子風味焼き コールスローサラダ オレンジ	ミートボールシチュー きゅうりとトマトの中華和え ヨーグルト	パン 麦茶 (以上児発表会)
お麩のラスク・麦茶	ビスケット・牛乳	スティックパン・麦茶	せんべい・牛乳	なべやき・麦茶	
8	9 ヤッホークラブ	10	11 おにぎりの日	12	13
ナスのみそ汁 コロッケ ひじきの炒め煮 ゼリー	カレーシチュー フルーツヨーグルト	華風スープ ハムカツ 小松菜の磯香和え ヨーグルト	野菜たっぷり味噌ラーメン みかん	ふわふわ卵のスープ タンドリーチキン さつま芋の甘煮 ゼリー	希望保育
クッキー・牛乳	金時豆ケーキ・牛乳	ビスケット・麦茶	ミニハンバーガー・麦茶	せんべい・牛乳	
15	16 ヤッホークラブ	17 お誕生会	18	19	20
豚汁 タラのねぎ紫蘇焼き ヨーグルト	クラムチャウダー チキンナゲット きゅうりとツナの和え物 オレンジ	三色丼 お麩のすまし汁 シルバーサラダ アイス	小松菜のみそ汁 鶏の唐揚げ きゅうりの塩昆布和え ゼリー	洋風おでん かぼちゃサラダ オレンジ	和風パスタ ヨーグルト 麦茶
クッキー・麦茶	さくらケーキ・牛乳	デコロール・麦茶	ビスケット・牛乳	シュガートースト・牛乳	
22	23	24 クリスマス会	25	26	27
大根のみそ汁 かぼちゃのひき肉フライ 白菜の柚香和え ゼリー	みそけんちん汁 焼きビーフン パイナップル	コンソメスープ もみの木型ハンバーグ スパゲティサラダ ヨーグルト	豆乳のみそスープ 豚肉のスタミナ炒め オレンジ	ハヤシシチュー オムレツ カルピスポンチ	希望保育
ヨーグルトケーキ・麦茶	スイートポテト・牛乳	お米deカップケーキ・麦茶	ジャムサンド・牛乳	バームクーヘン・麦茶	

年末休み





よていこんだてひよう

たっこんこどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
せんべい	クラッカー	ビスケット	ボーロ	せんべい	クラッカー
ごはん チンゲン菜の中華スープ 鶏つくね パンサンスー ヨーグルト	ごはん かぶのみそ汁 焼鮭 キャベツの梅和え オレンジ	ごはん 麻婆豆腐 餃子 ゼリー	ごはん 豆腐のすまし汁 鶏肉の柚子風味焼き コールスローサラダ オレンジ	ごはん ミートボールシチュー きゅうりとトマトの中華和え ヨーグルト	パン 麦茶 (以上児発表会)
お麩のラスク・麦茶	ビスケット・牛乳	スティックパン・麦茶	せんべい・牛乳	なべやき・麦茶	
8	9	10	11	12	13
クラッカー	ボーロ	せんべい	ビスケット	クラッcker	
ごはん ナスのみそ汁 コロッケ ひじきの炒め煮 ゼリー	ごはん カレーシチュー フルーツヨーグルト	ごはん 華風スープ ハムカツ 小松菜の磯香和え ヨーグルト	おにぎり 野菜たっぷり味噌ラーメン みかん	ごはん ふわふわ卵のスープ タンドリーチキン さつま芋の甘煮 ゼリー	
クッキー・牛乳	金時豆ケーキ・牛乳	ビスケット・麦茶	ミニハンバーガー・麦茶	せんべい・牛乳	
15	16	17	18	19	20
ボーロ	せんべい	ビスケット	クラッcker	ボーロ	せんべい
ごはん 豚汁 タラのねぎ紫蘇焼き ヨーグルト	ごはん クラムチャウダー チキンナゲット きゅうりとツナの和え物 オレンジ	三色丼 お麩のすまし汁 シルバーサラダ アイス	ごはん 小松菜のみそ汁 鶏の唐揚げ きゅうりの塩昆布和え ゼリー	ごはん 洋風おでん かぼちゃサラダ オレンジ	和風パスタ ヨーグルト 麦茶
クッキー・麦茶	さくらケーキ・牛乳	デコロール・麦茶	ビスケット・牛乳	シュガートースト・牛乳	
22	23	24	25	26	27
ビスケット	クラッcker	ボーロ	せんべい	ビスケット	
ごはん 大根のみそ汁 かぼちゃのひき肉フライ 白菜の柚香和え ゼリー	ごはん みそけんちん汁 焼きビーフン パイナップル	ごはん コンソメスープ もみの木型ハンバーグ スパゲティサラダ ヨーグルト	ごはん 豆乳のみそスープ 豚肉のスタミナ炒め オレンジ	ごはん ハヤシシチュー オムレツ カルピスポンチ	
ヨーグルトケーキ・麦茶	スイートポテト・牛乳	お米deカップケーキ・麦茶	ジャムサンド・牛乳	バームクーヘン・麦茶	

年末休み



今年も残すところ1ヶ月となりました。朝晩冷え込み、空気が乾燥してくるので風邪をひきやすい季節です。体を温めてくれる根野菜やビタミンたっぷりの葉野菜、免疫力を高めてくれるきのこなどで風邪を予防しましょう。



冬が旬の食べ物

冬が旬の食材には体を温める効果が高い物が豊富です。鍋料理やスープなど、あったかメニューに取り入れてみましょう。

