



12月 3日(土) おゆうぎ会
12月13日(火) 手作り弁当の日
12月21日(水) クリスマス誕生会

寒さが厳しくなり、風邪が流行しやすい時期になりました。
ほうれん草、にんじん、かぼちゃなどの緑黄色野菜や、チーズ、海苔は、のどや鼻の粘膜を保護するビタミンAが豊富な食べ物です。バランスよく食べ、風邪を予防しましょう。



平成 28 年 12 月 1 日 小久保保育園

日	曜	献立名	未満児おやつ	全児おやつ
1	木	マーボー豆腐・ほうれん草のごま和え・赤ウィンナー・みそ汁・果物	牛乳	牛乳・お菓子
2	金	焼き肉・生野菜サラダ・みそ汁・果物	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
3	土	《おゆうぎ会》		
5	月	カレーライス・福神漬・大根サラダ・果物	牛乳・お菓子	ジュース・お菓子
6	火	厚揚げの中華煮・マカロニサラダ・タラバスティック・みそ汁・果物	牛乳	牛乳・お菓子
7	水	かに玉あんかけ・フロッコリーのコーンマヨサラダ・みそ汁・果物	牛乳・お菓子	コーヒー牛乳・お菓子
8	木	ふうふううどん・ポテトバーグ・果物	牛乳	牛乳・チョコパン
9	金	エビフライ・キャベツサラダ・ミニトマト・みそ汁・果物	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
10	土	鯖のみそ煮・白菜とハムのサラダ・人参の甘煮・みそ汁・果物	牛乳	プリン
12	月	クリームシチュー・フルーツサラダ・果物	牛乳・お菓子	ジュース・お菓子
13	火	手づくり弁当・みそ汁	牛乳	牛乳・お菓子
14	水	鶏肉のみそ炒め・じゃがいものコンソメ煮・みそ汁・果物	牛乳・お菓子	ジョア・お菓子
15	木	五目炒り豆腐・ほうれん草のツナ和え・ミニトマト・みそ汁・果物	牛乳	牛乳・お菓子
16	金	鯖の塩焼き・ごぼうのごまサラダ・赤ウィンナー・みそ汁・果物	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
17	土	かぶのポトフ・はんぺんフライ・黒糖ロール・果物	牛乳	ヨーグルト
19	月	カレーライス・福神漬・わかめサラダ・果物	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
20	火	ハムエッグ・キャベツサラダ・ミニトマト・みそ汁・果物	牛乳	ジュース・お菓子
21	水	ナポリタン・お星さまのコロッケ・うずら卵の雪だるま・フロッコリーサラダ・スープ・チーズボール・みかん	お菓子	麦茶・ケーキ
22	木	鯖の生煮え・肉野菜炒め・漬け物・みそ汁・果物	牛乳	牛乳・お菓子
24	土	煮込みハンバーグ・野菜サラダ・スープ・バターロール	牛乳・お菓子	ゼリー
26	月	クリームシチュー・ツナサラダ・果物	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
27	火	ひき肉入りひじきの炒め物・ポテトサラダ・ミニトマト・みそ汁・果物	牛乳	牛乳・お菓子
28	水	年越しそば・かぼちゃの含め煮・果物	牛乳・お菓子	ジュース・お菓子

