

12月こんだて

2024.12 まつやま百合ヶ丘保育園

| 日 | 曜日 | 午前のおやつ | ランチ | 15時のおやつ |
|----|----|-----------------|--|-----------------------|
| 2 | 月 | みかん ほうじ茶 | 玄米ご飯、大根の味噌汁、焼きししゃも かぶの煮物、ほうれん草のナムル | スキムくずもち ほうじ茶 |
| 3 | 火 | Ca ベビゼン ほうじ茶 | ㊦カレーライス、白菜のスープ、スパニッシュオムレツ ブロッコリーときのこのサラダ | ごま入りおからドーナツ ホットミルク |
| 4 | 水 | 星っこ ほうじ茶 | 玄米ご飯、㊧もやしとキャベツと油揚げの味噌汁 豚肉の生姜焼き、サニーレタス、人参しりしり、蓮根サラダ | 三色おにぎり ほうじ茶 |
| 5 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | ㊨ひじきご飯、豆腐とあおさの味噌汁、ほっけのレモン焼き 南瓜の甘煮、青菜のなめこ和え | ポップコーン、きな粉棒 ほうじ茶 |
| 6 | 金 | 小魚 ほうじ茶 | 玄米ご飯、コンソメスープ、鶏肉のハーブ塩麹焼き 大豆のトマト煮、野菜と果物のマリネ | さつま芋の焼生春巻 ほうじ茶 |
| 7 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 玄米ご飯、ごぼうの味噌汁、肉じゃが、豆苗のお浸し | きなこせんべい、昆布 ほうじ茶 |
| 9 | 月 | 星っこ ほうじ茶 | 玄米ご飯、えのきのすまし汁、和風ハンバーグ 五目大豆煮、切干大根のはりはり漬け | ふかし芋 ホットミルク |
| 10 | 火 | 小魚 ほうじ茶 | 玄米ご飯、里芋の味噌汁、鮭のきのこソースかけ 青菜のソテー、ポテトサラダ | カレースープのフォー ほうじ茶 |
| 11 | 水 | Ca ベビゼン ほうじ茶 | 玄米ご飯、キャベツの味噌汁、春菊と桜えびのかき揚げ 厚揚げの煮物、かぶの梅おかか和え | じゃが芋のガレット ほうじ茶 |
| 12 | 木 | みかん ほうじ茶 | 玄米ご飯、きのこの味噌汁、じゃこと万能葱の玉子焼き 煮じゃが、大根のツナ和え | いなり寿司 ほうじ茶 |
| 13 | 金 | ぼん菓子 ほうじ茶 | 玄米ご飯、小松菜の味噌汁、豚レバーとエリンギの黒酢炒め さつま芋のレーズン煮、大豆のフレンチサラダ | マルゲリータピザ ほうじ茶 |
| 14 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 玄米ご飯、玉葱の味噌汁、肉豆腐、ツナサラダ | せんべい、するめ ほうじ茶 |
| 16 | 月 | みかん ほうじ茶 | 玄米ご飯、白菜の味噌汁、大根餃子 筑前煮、ブロッコリーと玉子のサラダ | クリームシチュー ほうじ茶 |
| 17 | 火 | Ca ベビゼン ほうじ茶 | 玄米ご飯、けんちん汁、鯖の味噌煮 青梗菜のソテー、南瓜のチーズサラダ | みかんとりんご ほうじ茶 |
| 18 | 水 | 小魚 ほうじ茶 | 玄米ご飯、にらの中華スープ、ささみのフライ 生昆布の煮物、かぶときゅうりの即席漬け | 甘納豆蒸しパン ホットミルク |
| 19 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | ☆クリスマスメニュー☆ エビピラフ、コーンポタージュ、ミートローフ 人参の甘煮、フライドポテト、ブロッコリー | しらすと玉子の雑炊 ほうじ茶 |
| 20 | 金 | 蒸しじゃが ほうじ茶 | 大豆ミートの三色丼、青梗菜の中華スープ がんもどきの煮物、春雨サラダ | すいとん ほうじ茶 |
| 21 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 玄米ご飯、青梗菜のスープ、スタミナ炒め さつま芋の甘煮 | Ca せんべい、するめ ほうじ茶 |
| 23 | 月 | みかん ほうじ茶 | 玄米ご飯、五目汁、蒸し豚のごまだれ 蒸しキャベツ、高野豆腐の玉子とじ、青菜の磯和え | 鮭チーズおにぎり ほうじ茶 |
| 24 | 火 | Ca ベビゼン ほうじ茶 | 玄米ご飯、青菜の味噌汁、鶏肉の照り焼き 卯の花、胡瓜とわかめの酢の物 | ㊦トライフル ほうじ茶 |
| 25 | 水 | 小魚 ほうじ茶 | 玄米ご飯、玉葱の味噌汁、鯖の磯焼き、さつま芋のレモン煮 白菜の梅おかか和え（うさぎ組以上もち） | 米粉のお好み焼き ほうじ茶 |
| 26 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | 鶏肉のフォー、白身魚のカレー風味揚げ 里芋のそぼろ煮、コールスローサラダ | コーンブレッド ほうじ茶 |
| 27 | 金 | 蒸しじゃが ほうじ茶 | 玄米ご飯、豚汁、ぶりの塩麹焼き 切干大根の煮物、キャベツと桜えびの和え物 | 米粉のホットケーキ ホットミルク |
| 28 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 豚丼、もやしと油揚げの味噌汁、温野菜サラダ | せんべい、昆布 ほうじ茶 |

☆ 野外調理 … ㊧ → リオ組 ㊨ → パンダ組 ㊦ → ライオン組 ☆ クッキング … ㊦ → 幼児

◎ 今月のピックアップメニュー◎
～里芋のそぼろ煮～

トロッと煮て、寒い時期には体の温まる一品です！



← レシピはこちらから ♪

12月こんだて(離乳食)

2024.12 まつやま百合ヶ丘保育園

| 日 | 曜日 | 午前のおやつ | ランチ | 15時のおやつ |
|----|----|----------------|--|---------------------------|
| 2 | 月 | みかん ほうじ茶 | 白米ご飯、大根の味噌汁、焼きししゃも かぶの煮物、ほうれん草のナムル | スキムくずもち ほうじ茶 |
| 3 | 火 | Caベビせん ほうじ茶 | カレーライス、白菜のスープ、スパニッシュオムレツ ブロッコリーときのこのサラダ | ごま入りおからドーナツ ホットミルク |
| 4 | 水 | 星っこ ほうじ茶 | 白米ご飯、もやしとキャベツと油揚げの味噌汁 豚肉の生姜焼き、サニーレタス、人参しりしり、蓮根サラダ | 三色おにぎり ほうじ茶 |
| 5 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | ひじきご飯、豆腐とあおさの味噌汁、ほっけのレモン焼き 南瓜の甘煮、青菜のなめこ和え | ポップコーン、きな粉棒 ほうじ茶 |
| 6 | 金 | 小魚 ほうじ茶 | 白米ご飯、コンソメスープ、鶏肉のハーブ塩麹焼き 大豆のトマト煮、野菜と果物のマリネ | さつま芋の焼生春巻 ほうじ茶 |
| 7 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 白米ご飯、ごぼうの味噌汁、肉じゃが、豆苗のお浸し | きなこせんべい、昆布 ほうじ茶 |
| 9 | 月 | 星っこ ほうじ茶 | 白米ご飯、えのきのすまし汁、和風ハンバーグ 五目大豆煮、切干大根のはりはり漬け | ふかし芋 ホットミルク |
| 10 | 火 | 小魚 ほうじ茶 | 白米ご飯、里芋の味噌汁、鮭のきのこソースかけ 青菜のソテー、ポテトサラダ | カレースープのフォー ほうじ茶 |
| 11 | 水 | Caベビせん ほうじ茶 | 白米ご飯、キャベツの味噌汁、春菊と桜えびのかき揚げ 厚揚げの煮物、かぶの梅おかか和え | じゃが芋のガレット ほうじ茶 |
| 12 | 木 | みかん ほうじ茶 | 白米ご飯、きのこの味噌汁、じゃこと万能葱の玉子焼き 煮じゃが、大根のツナ和え | いなりにぎり ほうじ茶 |
| 13 | 金 | ぼん菓子 ほうじ茶 | 白米ご飯、小松菜の味噌汁、豚レバーとエリンギの黒酢炒め さつま芋のレーズン煮、大豆のフレンチサラダ | マルゲリータピザ ほうじ茶 |
| 14 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 白米ご飯、玉葱の味噌汁、肉豆腐、ツナサラダ | せんべい、するめ ほうじ茶 |
| 16 | 月 | みかん ほうじ茶 | 白米ご飯、白菜の味噌汁、大根餃子 筑前煮、ブロッコリーと玉子のサラダ | クリームシチュー ほうじ茶 |
| 17 | 火 | Caベビせん ほうじ茶 | 白米ご飯、けんちん汁、鯖の味噌煮 青梗菜のソテー、南瓜のチーズサラダ | みかんと りんごのコンポート ほうじ茶 |
| 18 | 水 | 小魚 ほうじ茶 | 白米ご飯、にらの中華スープ、ささみのフライ 生昆布の煮物、かぶときゅうりの即席漬け | 甘納豆蒸しパン ホットミルク |
| 19 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | ☆クリスマスメニュー☆ エビピラフ、コーンポタージュ、ミートローフ 人参の甘煮、フライドポテト、ブロッコリー | しらすと玉子の雑炊 ほうじ茶 |
| 20 | 金 | 蒸しじゃが ほうじ茶 | 大豆ミートの三色丼、青梗菜の中華スープ がんもどきの煮物、春雨サラダ | すいとん ほうじ茶 |
| 21 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 白米ご飯、青梗菜のスープ、スタミナ炒め さつま芋の甘煮 | Caせんべい、するめ ほうじ茶 |
| 23 | 月 | みかん ほうじ茶 | 白米ご飯、五目汁、蒸し豚のごまだれ 蒸しキャベツ、高野豆腐の玉子とじ、青菜の磯和え | 鮭チーズおにぎり ほうじ茶 |
| 24 | 火 | Caベビせん ほうじ茶 | 白米ご飯、青菜の味噌汁、鶏肉の照り焼き 卯の花、胡瓜とわかめの酢の物 | トライフル ほうじ茶 |
| 25 | 水 | 小魚 ほうじ茶 | 白米ご飯、玉葱の味噌汁、鯖の磯焼き さつま芋のレモン煮、白菜の梅おかか和え | 米粉のお好み焼き ほうじ茶 |
| 26 | 木 | ぼん菓子 ほうじ茶 | 鶏肉のフォー、白身魚のカレー風味揚げ 里芋のそぼろ煮、コールスローサラダ | コーンブレッド ほうじ茶 |
| 27 | 金 | 蒸しじゃが ほうじ茶 | 白米ご飯、豚汁、ぶりの塩麹焼き 切干大根の煮物、キャベツと桜えびの和え物 | 米粉のホットケーキ ホットミルク |
| 28 | 土 | 魚せんべい ほうじ茶 | 豚丼、もやしと油揚げの味噌汁、温野菜サラダ | せんべい、昆布 ほうじ茶 |

※月齢に合わせて形状を変えています。

◎今月のピックアップメニュー◎

～里芋のそぼろ煮～

トロッと煮て、寒い時期には体の温まる一品です！



←レシピはこちらから♪