

12月のこんだて

今年も残り1ヶ月となりました。
毎日寒い日が続いていますが、うがい・手洗いを忘れずに。食事もしっかり食べて風邪をひかないように元気に過ごしましょう。

日	しゅしょく	てんかぶつ	しゅさい	ふくさい	おしる	デザート
3月	こめこパン		さけのピザやき	たべてなのサラダ	ポテトとコーンのスープ	
4火	おやこどんぶり			れんこんのごまマヨサラダ		みかん
5水	むぎごはん		とりにくのからあげ	パセリポテト	ふゆやさいのみそしる	
6木	むぎごはん		しろみざかなのさらさあげ	かぶのレモンあえ	まんばのけんちゃん	
7金	ひじきごはん		さわらのしおやき	はくさいのおかかあえ	あげさといものそぼろかけ	
10月	ぜんりゅうふんパン	みかんジャム	ポトフ	こまつなのごまドレッシングあえ		フルーツヨーグルト
11火	むぎごはん		さばのこうみやき	ブロッコリーのこまあえ	だいこんのみそしる	
12水	むぎごはん	ふりかけ	にこみおでん	すみそあえ		
13木	ミルクパン		ミートローフ	おはなばたけサラダ	やさいスープ	ミニデザート
14金	ひよこまめいりカレーライス			こまつなのサラダ		キウイ
17月	こくとうパン		クリームスパゲティ	げんきになるサラダ		りんご
18火	★きぼうこんだて★					
19水	むぎごはん		こうやどうふのたまごとし	まんばのごまドレッシングあえ		バナナ
20木	しっぽくうどん		かぼちゃのかのこあげ	やさいのゆずかあえ		みかん
21金	ごはん		さけのてりやき	おかかあえ	じゃがいのみそしる	
25火	もぐもぐ★チキンライス		えびフライ	ポイルやさい	コーンスープ	クリスマスケーキ
26水	ごはん		しろみざかなのあますあんかけ	ほうれんそうのごまあえ	だいこんのみそしる	
27木	ミルクパン		ぶたにくのトマトに	ブロッコリーのごまドレッシングあえ		プリン
28金	ごはん		てづくりハンバーグ	ひじきサラダ	やさいスープ	

※毎食、牛乳がつきます。
※色つき梓は保育所のみ