

予 定 献 立 表

2023年12月分

あおば保育園

月	火	水	木	金	土	
 冬至	1 2月はクリスマスや年末年始とうれしい行事が目白押しです。それぞれの行事にまつわる食についても、由来や作り方などを子どもたちに伝えながら楽しみたいものですね。また、寒くなって、風邪をひきやすい季節です。旬の野菜や果物を食べて、元気に過ごしましょう❀			 クリスマス	1 ハヤシライス(玄米) スープ 小魚サラダ クランベリーゼリー	2 中華丼 スープ チーズ
4 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) チキンマレード煮 野菜炒め(キャベツ・たまねぎ) バナナ	5 麦ご飯 みそ汁(小松菜・ちくわ) 鮭の塩麹焼き ブロッコリーソテー りんご	6 チキンピラフ アーサ汁 ポテトサラダ みかん	7 ふりかけご飯 豚汁 麩チャンプルー 柿	8 おゆうぎかい ~お土産~ ・パン ・みかん ・野菜ジュース	9 親子丼 スープ プルーン	
11 あわご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) ポークケチャップ かぼちゃ含め煮 バナナ	12 タコライス みそ汁(冬瓜・ねぎ) みかん	13 麦ご飯 みそ汁(山東菜・しめじ) さばのおろし煮 いんげんソテー りんご	14 麦ご飯 みそ汁(えのき・わかめ) ハンバーグ(アレルギー対応) れんこんのゴママヨサラダ 柿	15 カレーライス(玄米) スープ 切り干し大根サラダ パタフライピーゼリー	16 ジューシー スープ チーズ	
18 納豆ごはん イナムドチ パパイアイリチー バナナ	19 麦ご飯 みどり調整豆乳 魚の味噌照り焼き クーブイリチー みかん	20 三色丼 みそ汁(ネギ・ふ) 大根の甘酢和え りんご	21 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) レバーの炒め物 スパゲティサラダ オレンジ	22 クリスマス会 冬至 ・おにぎり ・スープ ・エビフライ ・スパイシーチキン ・ミートボール ・ウインナー ・ブロッコリー・ミニトマト ・みかん・ぶどう赤・緑	23 マーボー丼 スープ プルーン	
25 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・しめじ) なすの挽き肉炒め 土佐和え バナナ	26 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) みかん	27 麦ご飯 みそ汁(レタス・トマト・ワカメ) 鯖の香味焼き キャベツのゴマ和え りんご	28 お弁当 御用納め	年越しそば おせち料理		

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

◀アレルギー食品表示を規定されている食品▶

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生