

12月こんだて

2024.12 まつやま保育園

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、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	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	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	じゃが芋のガレット ほうじ茶
6	金	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、えのきのすまし汁、鶏肉の照り焼き 五目大豆煮、切干大根のはりはり漬け	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、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	マルゲリータピザ ほうじ茶
10	火	小魚 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	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	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	ふかし芋 ホットミルク
12	木	みかん 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	ポップコーン、きな粉棒 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	しらすと玉子の雑炊 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、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	甘納豆蒸しパン ホットミルク
17	火	Caベビせん 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	いなり寿司 ほうじ茶
18	水	小魚 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
19	木	ぼん菓子 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（うさぎ組以上もち）	すいとん ほうじ茶
20	金	蒸しじゃが 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	みかんとりんご 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、きのこの味噌汁、桜えびと万能葱の玉子焼き 煮じゃが、大根のツナ和え	鮭チーズおにぎり ほうじ茶
24	火	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、青菜の味噌汁、和風ハンバーグ 卯の花、胡瓜とわかめの酢の物	コーンブレッド ほうじ茶
25	水	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、コンソメスープ、鶏肉のハーブ塩麴焼き 大豆のトマト煮、野菜と果物のマリネ	㊧トライフル ほうじ茶
26	木	ぼん菓子 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	米粉のお好み焼き ほうじ茶
27	金	蒸しじゃが ほうじ茶	玄米ご飯、豚汁、ぶりの塩麴焼き 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…㊨→りす組 ㊩→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、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	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	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	じゃが芋のガレット ほうじ茶
6	金	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、えのきのすまし汁、鶏肉の照り焼き 五目大豆煮、切干大根のはりはり漬け	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、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	マルゲリータピザ ほうじ茶
10	火	小魚 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	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	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	ふかし芋 ホットミルク
12	木	みかん 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	ポップコーン、きな粉棒 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	しらすと玉子の雑炊 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、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	甘納豆蒸しパン ホットミルク
17	火	Caベビゼン 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	いなりおにぎり ほうじ茶
18	水	小魚 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
19	木	ぼん菓子 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	すいとん ほうじ茶
20	金	蒸しじゃが 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	みかんと りんごのコンポート 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、きのこの味噌汁、桜えびと万能葱の玉子焼き 煮じゃが、大根のツナ和え	鮭チーズおにぎり ほうじ茶
24	火	Caベビゼン ほうじ茶	白米ご飯、青菜の味噌汁、和風ハンバーグ 卵の花、胡瓜とわかめの酢の物	コーンブレッド ほうじ茶
25	水	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	トライフル ほうじ茶
26	木	ぼん菓子 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	米粉のお好み焼き 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～

トロツと煮て、寒い時期には体の温まる一品です！



←レシピはこちらから♪