



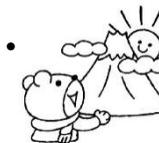
1がっ

こんだてよていひょう

令和2年12月24日

社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

13日(水)は、完全給食の日。
(3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)



*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。

日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたい たべもの
		0~2歳児 朝のおやつ	お昼の給食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの (きいろ)	丈夫な体を作るたべもの (あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの (みどりいろ)	
4	月	おかし ぎゅうにゅう	☆第3期保育始まり☆	おかし	♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持って来ましょう♪			
5	火	おかし みるくここあ	はくさいりびーふかれー すばげっていサラダ みかん	たこやき	じゃがいも あぶら すばげってい まよねーず	ぎゅうにく なまくりーむ つな	にんじん たまねぎ はくさい ほうれんそう にんにく きゅうり みかん	大豆製品・ナッツ類
6	水	すぼんじけーき ほっとみるく	おからすきむいりちぐさやき くらまめ こまつなのおかかいため りんご	ころころあげ	さとう あぶら	たまご おから すきむみるく かつおぶし くらまめ	たまねぎ にんじん きくらげ さやえんどう こまつな しめじ こーん りんご	肉類・かんきつ類
7	木	ふる一つきんとん	ささみのかりかりあげ ななくさじる つなとわかめのすのもの ばなな	ちえるしーとーすと	てんぷらこ ぱんこ あぶら さとう	とりささみ つな わかめ ぶたにく	にんにく しょうが きゅうり にんじん だいこん こまつな せり はくさい かぶ ばなな	魚介類・淡色やさしい
8	金	2色くらっかー ぶどうじゅーす	たらぬずみそちーずやき いちご きりぼしのこんそめ煮 もやしすーぶ	さつまいもと りんごのどーなつ	さとう ごまあぶら	たら しろみそ ちーず ペーこん とりミンチ 豆乳	ぶろっこりー ゆず きりぼしだいこん きゃべつ にんじん もやし たまねぎ なら にんにく いちご	海藻類・葉もの
9	土	おかし ぎゅうにゅう	めんたいやきうどん ぴーなっつあえ りんご	おかし	ゆでうどん ごまあぶら ばたー ぴーなっつ さとう	ぶたにく めんたいこ かつおぶし	にんじん たまねぎ はくさい りんご	乳製品・やさしい
12	火	ぼうむくーへん りんご	いかのいたりあんだいこん きゃべつぽてとサラダ おれんじ	さいころらすく	さとう おりーぶおいる 油 じゃがいも まよねーず	いか ペーこん	だいこん にんじん たまねぎ ほーるとまと にんにく きゃべつ おれんじ	たまご・緑黄色やさしい
13	水	ぼいるういんなー	こうりんらーめん はなっこりーのちゅうかあえ ばなな	こぎつねおにぎり	ちゅうかめん さとう ごまあぶら あぶら しろごま	ぶたにく あかみそ とりささみ	しょうが にんにく もやし こーん こねぎ はなっこりー にんじん ばなな	魚介類・葉もの
14	木	みかん・いちご	さけのおにおんそーす しおなむる もずくとむぎのすーぶ りんご	ちょこぱん	かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら おしむぎ	さけ もずく ペーこん たまご	たまねぎ しょうが ほうれんそう もやし にんじん えのきたけ こーん こねぎ りんご	大豆製品・いも類
15	金	ばなな・ぶちぜりー	けんちょう さつまいものおれんじ煮 ひじきのにも みそしる いちご	からふるういろ	さとう あぶら さつまいも	もめんどうふ めひじき あぶらあげ みそ	だいこん にんじん さやいんげん おれんじじゅーす かぶ なましいたけ こねぎ いちご	肉類・緑黄色やさしい
16	土	おかし ぎゅうにゅう	わふうくりーむすばげってい かりかりぽてと みかん	おかし	すばげってい ばたー ごま油 じゃがいも ぴーなっつ	ペーこん ぎゅうにゅう しそわかめ しらすぼし	たまねぎ にんじん しめじ にんにく しょうが みかん	たまご・やさしい
18	月	おかし ばたーじゅーす	さかなのふわふわやき すましじる いとこんにやくのさけいため りんご	こくとうかりんとう	やまいも	しろみさかな たまご いとこんにやく さけふれーく	しょうが ほうれんそう にんじん たまねぎ こーん はくさい しめじ りんご	海藻類・ごま・ナッツ
19	火	しゅがーとーすと ほっとみるく	わふうかつ ごぼういりごもく煮 かぶのうめあえ ばなな	ふゆの2しょく くらっかー	片栗粉 小麦粉 ぱんこ 砂糖 油 板こんにやく じゃがいも	ぶたにく たまご こーやどうふ かつおぶし	こねぎ しょうが ごぼう にんじん さやえんどう かぶ うめぼし ばなな	乳製品・葉もの
20	水	おかし はちみつりんご	さばのにつけ れんごんのあえもの ぽてとんじる おれんじ	ちーずすこーん	さとう じゃがいも いたこんにやく	さば ぶたにく ぎゅうにゅう みそ	しょうが れんこん こまつな にんじん えのきたけ だいこん ほししいたけ こねぎ おれんじ	海藻類・ごま・ナッツ
21	木		☆おたのしみランチ☆		♪お誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいります。♪			
22	金	すなっくぱん やくると	ふゆやさいかれー みずなサラダ みかん	ごますていっくぱい	あぶら さといも	とりにく なまくりーむ あぶらあげ しらすぼし	にんじん たまねぎ はくさい だいこん にんにく ぐりんぴーす みずな みかん	魚介類・淡色やさしい
23	土	おかし ぎゅうにゅう	なぼりたんやきそば こーんサラダ ばなな	おかし	やきそばめん あぶら さとう まよねーず	はむ	にんじん たまねぎ ぴーまん こーん きゃべつ ばなな	大豆製品・いも類
25	月	おかし みるくここあ	すきやきふうたまごとじ 3しょくすのもの りんご	くらまめむしぱん	いとこんにやく あぶら さとう はるさめ しろごま	ぎゅうにく やきどうふ たまご かにかま	はくさい ねぎ えのきたけ きりぼしだいこん にんじん りんご	乳製品・やさしい
26	火	ぼうむくーへん いちご	はなやさいぐらたん じゃーまんだいこん おれんじ	こまつなとつなの みそおにぎり	まかに あぶら ばたー こむぎこ おりーぶおいる	ぎゅうにゅう ちーず ペーこん	かりふらわー ぶろっこりー たまねぎ にんじん だいこん にんにく ばせり おれんじ	海藻類・いも類
27	水	ぼいるういんなー	なまあげとぎゅうにくのあんかけ かぼちゃのしおこんがあえ ばなな	がんばってね くっさー	さとう あぶら かたくりこ ばたー	なまあげ ぎゅうにく しおこんが	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ こーん さやいんげん かぼちゃ きゅうり ばなな	乳製品・ごま・ナッツ
28	木	ばなな・ぶちぱりん	さわらのごまふうみあげ ちゃんこじる はくさいとじゃこのいため煮 みかん	がとーきやらめる	砂糖 てんぷらこ 白・黒ごま まよねーず ごまあぶら あぶら かたくりこ さといも	さわら しらすぼし たまご ぶたミンチ とりミンチ	はくさい にんじん だいこん ごぼう なましいたけ こねぎ みかん	大豆製品・緑黄色野菜
29	金	きなこさんど のむよーぐると	はにーますたーどちきん いちご なっとうサラダ ふゆのみねすとろーね	さくさく あげあつがるぱい	まよねーず さといも おりーぶおいる	とりにく ちーず なっとう ペーこん	ほうれんそう だいこん たまねぎ れんこん ぶろっこりー にんじん ほーるとまと いちご	魚介類・かんきつ類
30	土	☆第21回 きらきら発表会(0~3歳児)☆						