

# 1がつ こんだてよていひょう

令和4年12月23日  
社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

24日(火)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	水	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	木	おかし 乳酸菌飲料	はやしらいす じゃーまんぼとサラダ みかん	たこやき	あぶら じゃがいも まよねーず	ぎゅうにく パーこん	にんじん たまねぎ まっしゅーむ ぐりんぴーす きゅうり みかん	海藻類・緑黄色野菜
6	金	ぶちあんぱん みるくここあ	さけのさいきょうやき ごぼうのつな煮 くろまめ ななくさじる いちご	しおきやらめる おさつちっぷ	さとう	さけ しろみそ つな くろまめ とりにく	ごぼう にんじん さやいんげん だいこん セリ はくさい かぶ こまつな いちご	乳製品・いも類
7	土	おかし ぎゅうにゅう	かぼちゃのくりーむぱすた どれっしんぐサラダ ばなな	おかし	すばげってい ばたー あぶら さとう	むきえび なまくりーむ こなちーず かまぼこ	かぼちゃ たまねぎ しめじ えのきたけ ぼせり きゅうり きゃべつ もやし ばなな	肉類・ナッツ類
10	火	2色くらっかー ぶどうじゅーす	ぶたにくとこやのごまいため りんご れんこんとみずなのこーるすろー	きなこめこむしぱん	あぶら さとう しろごま まよねーず	ぶたにく こうやどうふ はむ	にんじん たまねぎ しめじ いら しょうが こーん れんこん みずな りんご	魚介類・かんきつ類
11	水	おかし ばたーじゅーす	かれーきつねころっけ おれんじ だいこんのれもんふうみサラダ すーぷ	まかろにかりんとう	じゃがいも 片栗粉 春雨 油 砂糖 おりーがおいる ごま油	牛ミンチ ぶたミンチ 油あげ ちーず パーこん さくらえび	たまねぎ だいこん きゅうり れもんじる ちんげんさい まいたけ おれんじ	たまご・緑黄色野菜
12	木	ぶちぜりー・ばなな	さかなのぴーなっつあげ とまとすーぷ はなっこりーサラダ いちご	さつまいもすこーん みかん	こむぎこ ぴーなっつ ぱんこ あぶら おりーがおいる	しろみさかな たまご つな ぶたにく ぎゅうにゅう	はなっこりー こーん しめじ 玉ねぎ 梅ぼし 白菜 ごぼう ぶろっこりー にんにく ほーるとまと いちご	大豆製品・かんきつ類
13	金	すなっくぱん ほっとみるく	かにいりちぐさやき ゆでぶろっこりー いとこんにやくのきんぴら りんご	とりごぼうむすび	さとう いとこんにやく あぶら	たまご かに缶	ほししいたけ ほうれんそう にんじん さやいんげん ごぼう ぶろっこりー しょうが りんご	海藻類・いも類
14	土	おかし ぎゅうにゅう	はくさいのとろとろあんかけごはん はむときゅうりのあえもの ばなな	おかし	ごまあぶら かたくりこ さとう	ぶたミンチ はむ	はくさい にんじん こねぎ しょうが にんにく きゅうり ばなな	乳製品・やさしい
16	月	ぜりー	けんちょう ひじきのもの みそしる しんがるさつまいも いちご	ふゆの 2しょくくらっかー	あぶら さとう 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 なましいたけ かぶ こねぎ いちご	肉類・葉もの
17	火	おかし はちみつりんご	すどり ほうれんそうのいそべあえ ばなな	はなまめ すいーとぼと	かたくりこ あぶら さとう	とりにく のり	にんじん たまねぎ ぴーまん あかびーまん ほうれんそう ばなな	魚介類・淡色やさしい
18	水	いちご・ばなな	さばのかばやき よしのじる はくさいとかぶのこんがあえ おれんじ	ちょこちっぷ くりーむぱん	かたくりこ さとう さといも	さば きざみこんが	しょうが はくさい かぶ だいこん にんじん こねぎ おれんじ	大豆製品・ナッツ類
19	木	うえはーす・みかん	ふゆやさいのくりーむ煮 なっとうサラダ りんご	いりこのすなっく いちご	じゃがいも あぶら ばたー こむぎこ まよねーず	ういんなー ぎゅうにゅう なっとう たまご	たまねぎ にんじん だいこん くりーむこーん ぐりんぴーす ぶろっこりー りんご	海藻類・緑黄色野菜
20	金		☆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。♪ 			
21	土	おかし ぎゅうにゅう	なぼりたんやきうどん つなごまきゅうり みかん	おかし	ゆでうどん あぶら さとう まよねーず しろごま ごま油	はむ つな	にんじん たまねぎ ぴーまん きゅうり みかん	たまご・やさしい
23	月	おかし・みろ	ふゆやさいかれー じゃこサラダ いちご	あまぐりの すていっくばい	さといも あぶら	とりにく なまくりーむ しらすほし わかめ	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 きゅうり いちご	大豆製品・かんきつ類
24	火	ぼいるういんなー	こうりんらーめん いりどりおからサラダ りんご	がばおふうおにぎり	ちゅうかめん さとう ごまあぶら 油 まよねーず	ぶたにく あかみそ おから こんでんすみるく	もやし こねぎ こーん しょうが にんにく にんじん きゅうり 黄びーまん りんご	魚介類・葉もの
25	水	2色くらっかー 乳酸菌飲料	はくさいしゅうまい かぼちゃ煮 まかろにすーぷ みかん	せさみどーなつ	ごまあぶら かたくりこ さとう まかろに	ぶたミンチ	にんじん はくさい かぼちゃ さやいんげん たけのこ ほうれんそう たまねぎ みかん	乳製品・いも類
26	木	はちみつぱん ほっとみるく	こうやどうふのたまごとじ ぶろっこりーのみそサラダ ばなな	がんばってね くっきー	あぶら さとう ごまあぶら	こうやどうふ たまご はむ しろみそ	ほうれんそう たまねぎ にんじん ねぎ きゃべつ ぶろっこりー ちんげんさい しめじ ばなな	海藻類・淡色やさしい
27	金	いちご・ぶちがりん	さけのからあげなめたけおろしあん きりほしいたけ みそしる おれんじ	とうにゅうもち	こむぎこ 油 砂糖 ばたー ごま油 しろごま じゃが芋	さけ ぎゅうにく ぶたにく もめんどうふ わかめ みそ	だいこん なめたけ こねぎ きりほしだいこん いら 人参 たまねぎ こーん にんにく ねぎ おれんじ	たまご・ナッツ類
28	土		☆第23回 きらきら発表会☆					
30	月	ぼうむくーへん ぶちぜりー	なまあげのしょうゆこうじぐらたん はくさいとかにのサラダ りんご	ぼとちゆるす	おりーがおいる こむぎこ ばたー あぶら	なまあげ とりにく ちーず ぎゅうにゅう かに缶	れんこん にんじん たまねぎ はくさい きゅうり りんご	海藻類・やさしい
31	火	うえはーす・ばなな	ぶりだいこん ばいにくれんこん たまごとじじる みかん	ちえるしーとーすと	さとう まよねーず しろごま かたくりこ	ぶり つな たまご もめんどうふ	だいこん しょうが れんこん うめぼし にんじん たまねぎ こまつな みかん	肉類・いも類