

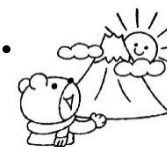
# 1がつ こんだてよていひょう

令和5年12月22日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

18日(木)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	木	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	金	おかし 乳酸菌飲料	はくさいりびーふかれー まかにサラダ みかん	たこやき	あぶら じゃがいも まかに まよねーず	ぎゅうにく なまくりーむ はむ	にんじん たまねぎ はくさい にんにく きゅうり ぐりんぴーす みかん	海藻類・緑黄色野菜
6	土	おかし ぎゅうにゅう	のっぺうどん あーもんどあえ りんご	おかし	うどん 板こんにやく さとう 片栗粉 あーもんどぶーどる	なまあげ	にんじん ごぼう しめじ こねぎ きゅうり もやし りんご	乳製品・かんきつ類
9	火	2色くらっかー ぶどうじゅーす	こんさいとりにくのきっしゅ いちご じゃーまんだいこん ゆでぶろっこりー	かみかみおにぎり	あぶら おりーぶおいる	とりにく こなちーず たまご 豆乳 かつおぶし べーこん	にんじん ごぼう れんこん だいこん ばせり たまねぎ にんにく ぶろっこりー しょうが いちご	魚介類・いも類
10	水	ここあさんど ほっとみるく	ぶたこまるたるれもん すーが ほうれんそうのしおなむる おれんじ	さつまいも きなこすこーん	さとう 片栗粉 すりごま 油 まよねーず ごま油 わんたん	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ れもん ほうれんそう ばせり もやし 人参 白菜 もやし ねぎ おれんじ	たまご・ごま・ナッツ
11	木	ぶちぷりん・ばなな	さかなのゆずかおりやき いもにじる れんこんのもの くらめめ りんご	いりこのすなっく いちご	あぶら さとう さいも いとこんにやく	しろみさかな あぶらあげ とりにく くらめめ ぎゅう肉	ゆず れんこん にんじん ねぎ しめじ りんご	海藻類・やさい
12	金	ゼリー	なまあげのちゅうかふう煮 はくさいとかぶのこんがあえ ばなな	りんごじゃむぱん	ごまあぶら さとう かたくりこ	なまあげ ぶたミンチ きざみこんが	にんじん たまねぎ なましいたけ たけのこ かぶ ちんげんさい にんにく しょうが はくさい ばなな	乳製品・いも類
13	土	おかし ぎゅうにゅう	かぼちゃのくりーむぱすた ぴーばたーあえ りんご	おかし	すばげってい ばたー ぴーなっつぱたー さとう	むきえび なまくりーむ こなちーず	かぼちゃ たまねぎ しめじ えのきたけ きゃべつ にんじん りんご	肉類・葉もの
15	月	うえはーす・りんご	みそまよすたーどちきん みかん こまつなのそてー たまごこーんすーが	くらすく	かたくりこ あぶら さとう まよねーず かたくりこ	とりにく みそ べーこん ぶたにく たまご	にんにく しょうが こまつな たまねぎ はくさい こーん だいこん こねぎ くりーむこーん みかん	大豆製品・淡色やさい
16	火	おかし はちみつりんご	ひじきいりにくじゃがもどき ごもくあえ ばなな	いちごだいふく	じゃがいも いとこんにやく あぶら さとう	めひじき こうやどうふ なっとう わかめ	にんじん たまねぎ さやえんどう だいこん ばなな	肉類・やさい
17	水	ぼいるういんなー	だぶ (さがけん) いかのかけあえ おれんじ	まるぼーろ	いたこんにやく やきふ さとう しろごま	とりにく がんもどき いか かまぼこ しろみそ	にんじん たけのこ れんこん ほししいたけ だいこん おれんじ	海藻類・緑黄色やさい
18	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、ご飯がいりません。			
19	金	すなっくぱん 乳酸菌飲料	けんちょう ひじきのものに しんがるさつまいも みそしる いちご	ばななぱい	あぶら さとう さつまいも	もめんどうふ めひじき みそ あぶらあげ	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	魚介類・ごま・ナッツ
20	土	おかし ぎゅうにゅう	しおやきそば もやしサラダ みかん	おかし	やきそばめん ごまあぶら さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ きゃべつ たけのこ にんにく れもん もやし みかん	乳製品・いも類
22	月	まかにの あべかわ	さけのかおりぱんこやき もずくすーが きりほしのびびんばいため りんご	ぼりぼりれんこん	ぱんこ おりーぶおいる 砂糖 ごま油 白ごま すりごま 油	さけ ぶたにく にくだんご もずく	にんにく れもん ばせり きりほしだいこん 人参 ほうれんそう もやし 玉ねぎ ちんげんさい りんご	たまご・かんきつ類
23	火	おかし ばたーじゅすーが	はくさいとぶたにくのちーずたまごとじ だいこーんサラダ ばなな	かぼちゃとーすと	あぶら さとう ごまあぶら	ぶたにく たまご ちーず	はくさい たまねぎ だいこん にんじん ーん ばなな	大豆製品・やさい
24	水	ばなな・りんご	まめぎょうざ やさいのふくめ煮 かぶのうめあえ いちご	ふゆの2色くらっかー	ぎょうざの皮 油 里芋 砂糖 まよねーず いたこんにやく	だいず ぶたミンチ かつおぶし	きゃべつ ねぎ きくらげ だいこん にんじん れんこん かぶ うめほし いちご	海藻類・葉もの
25	木	はちみつぱん ほっとみるく	ぎゅうにくとしおだいこんいため さんしょくやさいあえ ばなな	がんばってね くつきー	ごまあぶら さとう	ぎゅうにく めひじき	だいこん もやし にんじん きゅうり ばなな	乳製品・やさい
26	金	いちご・ぶちぜりー	さばのとうにゅうみそに そうめんじる ようふうしらあえ りんご	くらめめむしぱん	さとう まよねーず そうめん しろすりごま	さば とうにゅう みそ はむ もめん豆腐 とり肉 かまぼこ	しょうが きゃべつ にんじん きゅうり たまねぎ ほししいたけ こねぎ りんご	海藻類・いも類
27	土		☆第24回 きらきら発表会☆					
29	月	ぼうむくーへん うえはーす	さつまいものぐらたん れんこんのまりね みかん	だいずのいそべあげ	さつまいも ばたー こむぎこ おりーぶおいる さとう	とりにく ぎゅうにゅう ちーず	たまねぎ まっしゅーむ ぐりんぴーす れんこん にんじん ごぼう みかん	たまご・緑黄色やさい
30	火	2色くらっかー ほっとかるびす	おろしりんごしょうがやき ゆできゃべつ たんぼぼサラダ いちご	しょこらさんらいず	あぶら じゃがいも まよねーず	ぶたにく べーこん たまご	りんご たまねぎ しょうが きゃべつ にんじん かぼちゃ きゅうり いちご	海藻類・葉もの
31	水	ぼいるういんなー	いかめんち (あおもりけん) にあえ せんべいじる りんご	がっばらもち	かたくりこ こむぎこ あぶら なんがせんべい	いか もめんどうふ とりにく しおこんが	にんじん きゃべつ たまねぎ だいこん ごぼう なましいたけ ねぎ りんご	乳製品・いも類