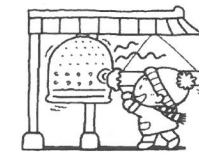




ひばりゆりかご保育園 12月の献立&行事予定

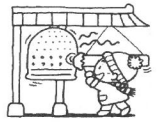


月	火	水	木	金	土
エネルギー・・・508kcal たんぱく質・・・18.8g 太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。	★冬野菜がおいしい季節です★ 冬野菜は、寒さから身を守る為に糖분을蓄えるので、甘味があります。 また、身体を芯から温める作用があるといわれています。 甘 辛 大根の部位ごとの特徴と調理法 ・葉はみそ汁の具や炒め物に ・葉の近くは最も甘味が強く食感もよいのでサラダや野菜スティックに ・真ん中はやわらかく形もそろっているのでおでんや煮物に ・根の方は辛味が強いので漬け物などに			1 茶飯 豚肉の野菜巻き わかめサラダ みそ汁 おでん・麦茶	2 野菜たっぷりうどん フルーツ クロワッサン・M
4 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 大豆サラダ みそ汁 クッキー&おせんべい・M	5 ご飯 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の白和え みそ汁 マシュマロクリスピー・M	6 ふりかけご飯 花しゅうまい ツナサラダ スープ 焼きいも・M	7 焼きそば 粉ふきいも フルーツ スープ ラスク・M 乳児健診 令和5年7月～8月生まれ 令和5年1月～2月生まれ	8 ご飯 マグロカツ 牛肉とれんこんの甘辛炒め みそ汁 訓練の為おやつはなし 災害時お迎え訓練	9 ふりかけご飯 照り焼きチキン マカロニサラダ スープ おかし・M
11 ご飯 豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ みそ汁 ポテトフライ・M	12 ミートソーススパゲティ グリーンサラダ フルーツ スープ ツナサンド・M	13 ご飯 鮭の塩焼き ひじき納豆 みそ汁 ドーナツ&おせんべい・M	14 カレーライス もやしのナムル チーズ スープ コーンフレーク・M	15 お楽しみメニュー ケーキ・M お誕生日会	16 ちゃんぽんうどん フルーツ クロワッサン・M
	保育参観Week				
18 青菜ご飯 レバーの南蛮揚げ 切干煮 みそ汁 チーズドッグ・M	19 お弁当 サブレ&おせんべい・M	20 吉野汁うどん フルーツ おにぎり・麦茶	21 ご飯 白身魚のみそ焼き 炒り鶏 すまし汁 おしるこ・M	22 お楽しみメニュー ココアロールケーキ・M お楽しみ会	23 わかめうどん フルーツ チーズ蒸しパン・M
25 ご飯 親子煮 キャベツの昆布和え みそ汁 バウムクーヘン&おせんべい・M	26 ふりかけご飯 白身魚フライ 納豆サラダ スープ スイートポテト・M	27 ご飯 すき焼き風肉豆腐 コーンサラダ みそ汁 肉まん・M	28 年越しうどん チーズ クロワッサン・M	29 令和5年12月29日(金)～令和6年1月3日(水)まで冬休み 1月4日(木)から 平常保育始まり	30

Mは牛乳です。おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



ひばりゆりかご保育園 12月の離乳食(後期食)献立&行事予定

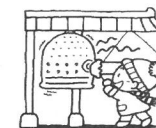


月	火	水	木	金	土
太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。	★冬野菜がおいしい季節です★ 冬野菜は、寒さから身を守る為に糖분을蓄えるので、甘味があります。また、身体を芯から温める作用があるといわれています。 甘 辛 大根の部位ごとの特徴と調理法 ・葉はみそ汁の具や炒め物に ・葉の近くは最も甘味が強く食感もよいのでサラダや野菜スティックに ・真ん中はやわらかく形もそろっているのでおでんや煮物に ・根の方は辛味が強いので漬け物などに			1 茶飯 豚肉の野菜巻き わかめサラダ みそ汁 おでん・麦茶	2 野菜たっぷりうどん フルーツ すこやかロール・M
	4 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 大豆出汁煮 みそ汁 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	5 ご飯 白身魚照り焼き ほうれん草の白和え みそ汁 かぼちゃの茶巾・麦茶	6 ふりかけご飯 花しゅうまい キャベツの出汁煮 スープ 焼きいも・麦茶	7 五目おじや 粉ふきいも バナナ スープ ラスク・麦茶 乳児健診 令和5年7月～8月生まれ 令和5年1月～2月生まれ	8 ご飯 マグロのソテー 鶏肉とれんこんの甘辛煮 みそ汁 訓練の為おやつはなし 災害時お迎え訓練
	11 ご飯 豚肉のしょうが焼き わかめの酢の物 みそ汁 じゃがいもマッシュ・麦茶	12 ミートソースご飯 キャベツとコーンのスープ煮 バナナ スープ きなこペーストサンド・麦茶	13 ご飯 鮭の塩焼き ひじき納豆 みそ汁 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	14 ご飯 鶏ひき肉と野菜のケチャップ煮 チーズ スープ バナナ・麦茶	15 お楽しみメニュー ケーキ・麦茶 お誕生日会
	← 保育参観Week →				16 ちゃんぽんうどん フルーツ すこやかロール・M
18 青菜ご飯 レバーの南蛮揚げ 切干煮 みそ汁 さつまいもスティック・麦茶	19 お弁当 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶 お弁当デー 	20 吉野汁うどん バナナ おにぎり・麦茶	21 ご飯 白身魚のみそ焼き 炒り鶏 すまし汁 お粥・麦茶	22 お楽しみメニュー ココアロールケーキ・M お楽しみ会 	23 わかめうどん フルーツ チーズ蒸しパン・M
25 ご飯 親子煮 キャベツの昆布和え みそ汁 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	26 ふりかけご飯 白身魚の塩焼き 納豆野菜煮 スープ スイートポテト・麦茶	27 ご飯 すき焼き風肉豆腐 キャベツのスープ煮 みそ汁 肉まん・麦茶	28 年越しうどん チーズ メープルサンド・麦茶	29 令和5年12月29日(金)～令和6年1月3日(水)まで冬休み 	30 1月4日(木)から 平常保育始まり

おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



ひばりゆりかご保育園 12月の離乳食(中期食)献立&行事予定

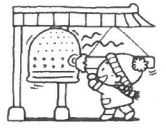


月	火	水	木	金	土	
太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。	★冬野菜がおいしい季節です★ 冬野菜は、寒さから身を守る為に糖分を蓄えるので、甘味があります。 また、身体を芯から温める作用があるといわれています。 甘 辛 大根の部位ごとの特徴と調理法 ・葉はみそ汁の具や炒め物に ・葉の近くは最も甘味が強く食感もよいのでサラダや野菜スティックに ・真ん中はやわらかく形もそろっているなのでおでんや煮物に ・根の方は辛味が強いので漬け物などに			1 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ おでん・麦茶	2 煮込み五目うどん フルーツ パン粥・M	
	4 7倍粥 大豆の野菜あんかけ 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	5 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ かぼちゃの茶巾・麦茶	6 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 焼きいも・麦茶	7 7倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ パン粥・麦茶 乳児健診 令和5年7月～8月生まれ 令和5年1月～2月生まれ	8 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 訓練の為おやつはなし 災害時お迎え訓練	9 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ おかし・M
	11 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ じゃがいもマッシュ・麦茶	12 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ パン粥・麦茶	13 7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	14 7倍粥 鶏ひき肉ケチャップ煮 野菜スープ バナナ・麦茶	15 お楽しみメニュー ケーキ・麦茶 お誕生日会	16 煮込み野菜うどん フルーツ パン粥・M
← 保育参観Week →						
18 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ さつまいもスティック・麦茶	19 お弁当 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶 お弁当デー	20 煮込み野菜うどん バナナ おにぎり・麦茶	21 7倍粥 白身魚と野菜のみそ煮 野菜スープ お粥・麦茶	22 お楽しみメニュー ココアロールケーキ・M お楽しみ会	23 煮込み五目うどん フルーツ おかし・M	
25 7倍粥 鶏むね肉の野菜あんかけ 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	26 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ スイートポテト・麦茶	27 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 肉まん・麦茶	28 煮込み五目うどん チーズ パン粥・麦茶	29 令和5年12月29日（金）～令和6年1月3日（水）まで冬休み	30 1月4日（木）から 平常保育始まり	

おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



ひばりゆりかご保育園 12月の離乳食(初期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
保健センター事業 7日(木)乳児健診 令和5年7月～8月生まれ 令和5年1月～2月生まれ	★冬野菜がおいしい季節です★ 冬野菜は、寒さから身を守る為に糖分を蓄えるので、甘味があります。 また、身体を芯から温める作用があるといわれています。 甘 辛 大根の部位ごとの特徴と調理法 ・葉はみそ汁の具や炒め物に ・葉の近くは最も甘味が強く食感もよいのでサラダや野菜スティックに ・真ん中はやわらかく形もそろっているのでおでんや煮物に ・根の方は辛味が強いので漬け物などに			1 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ	2 うどんクタクタ煮 豆腐野菜煮 野菜スープ
4 つぶし10倍粥 大豆の野菜あんかけ 野菜スープ	5 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ	6 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ	7 つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ	8 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ	うどん 豆腐 にんじん 玉ねぎ キャベツ
米 大豆 キャベツ にんじん ほうれん草 大根	米 豆腐 ほうれん草 にんじん 白菜	米 ジャがいも 大豆 キャベツ にんじん 小松菜 玉ねぎ	米 ジャがいも 白身魚 玉ねぎ にんじん キャベツ	米 豆腐 にんじん ほうれん草 大根	米 白身魚 にんじん たまねぎ かぼちゃ
11 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ	12 つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ	13 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ	14 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ	15 お楽しみメニュー	16 うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ
米 白身魚 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ	米 豆腐 キャベツ 玉ねぎ にんじん	米 納豆 にんじん 大根 かぶ	米 豆腐 ほうれん草 にんじん 玉ねぎ	お誕生日会	うどん 白身魚 にんじん たまねぎ かぼちゃ
18 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ	19 お弁当	20 うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ	21 つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ	22 お楽しみメニュー	23 うどんクタクタ煮 豆腐野菜煮 野菜スープ
米 大豆 にんじん 玉ねぎ 小松菜	お弁当デー	うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ ほうれん草	米 白身魚 にんじん 大根 かぶ	お楽しみ会	うどん 豆腐 にんじん キャベツ ほうれん草
25 つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ	26 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ	27 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ	28 うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ	29 令和5年12月29日(金)～令和6年1月3日(水)まで冬休み	30 1月4日(木)から 平常保育始まり
米 豆腐 キャベツ にんじん ほうれん草 玉ねぎ	米 白身魚 キャベツ にんじん 玉ねぎ 小松菜	米 豆腐 キャベツ にんじん 大根	うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ さつまいも		

材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園