

12がつのこんだてひょう



2023年度

伊波野保育園

月	火	水	木	金	土
<p>9月・10月・11月と、 手作り弁当の日にご協力いただき、 ありがとうございました。 どの子も、とてもいい笑顔でお弁当 の時間を楽しんでいましたよ。</p>				1 果物	2 いちご蒸しパン
				ごはん 魚のかば焼き風 子ぎつね和え コンソメスープ	 果物
4 果物・いりこ	5 大豆きな粉	6 果物	7 パン耳トースト	8 さつまいもの甘がらめ	9 食パンラスク
ゆかりごはん 肉豆腐 青菜のナムル かぶのみそ汁	ごはん サバのみそ煮 ポテかぼサラダ えのきのすまし汁 果物	ごはん 焼きキャベツメンチ 豚と大根のほっこり煮 わかめスープ	ドライカレー 魚の照り焼き 青菜の梅おかか和え 果物	ごはん 酢どり ブロッコリーサラダ しじみ汁	 果物
焼きじゃが	ホットサンド	五平もち	にんじん入りホットケーキ	きな粉マカロニ	果物
11 野菜スティック	12 果物	13 黒豆の煮物	14 青のりポテト	15 果物・いりこ	16 きな粉マカロニ
空弁当の日 梅こんぶごはん 鮭の香りみそ焼き きんぴらごぼう・果物 ほうれん草のコーン和え	ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜の香り和え 納豆汁	中華丼 ツナの和風和え かぼちゃのいとこ煮 果物	ごはん 豚のさっぱり焼き りっちゃんの元気サラダ けんちんみそ汁	ごはん さつま揚げ 切り干し大根の中華和え ぶた汁	 果物
お好み焼き	ふかし芋	いちご蒸しパン	まっ黒くろすけおにぎり	フレンチトースト	果物
18 果物	19 お麩ラスク	20 果物・いりこ	21 ふかし芋	22 ケチャップトースト	23 果物
ごはん 魚のごまみそ焼き ひじきの炒り煮 冬野菜のポトフ	クリスマス会 〈お楽しみメニュー〉 	ごはん すき焼き風煮 ねばねば和え チンゲン菜のみそ汁	ごはん サバの香味焼き 和風根菜サラダ なめこ汁	五目うどん かぼちゃの素揚げ 即席漬け 果物	 クッキー
みたらしだんご		ラスク	野菜マフィン	わかめおにぎり	
25 すりごまクラッカー	26 果物・いりこ	27 きな粉マカロニ	28 果物	29 米粉パンラスク	30 休園日
ごはん ポークビーンズ 青菜の白和え 揚げのみそ汁	ごはん 鮭のコーン焼き 五目おから ちゃんこ鍋風	パン 鶏の中華焼き レタスのサラダ 白菜の豆乳スープ 果物	ごはん 魚の竜田揚げ 納豆スパゲティーサラダ 玉ねぎのみそ汁	れんこん入りカレー ほうれん草のツナ和え 黒豆の煮物 果物	 フルーツゼリー
つきだてもち	大学芋	ココアカップケーキ	あったか雑炊	フルーツゼリー	

《お知らせとお願い》

- ★11日(月)は空弁当の日です。うさぎ・きりん・くま組さんは、お弁当箱の用意をお願いします。
- ★19日(火)はクリスマス会です。お昼ごはんと午後のおやつはクリスマスメニューをいただきます。お楽しみに！
- ★行事や食材によって献立を変更する場合があります。よろしくをお願いします。

今年もあとわずかですね。
風邪を引かないよう、うがい・手洗いはもちろんのこと、運動をしたり、しっかりと睡眠をとって元気に過ごしましょう。