

12月

わくわく献立表

旬の食べ物

ごぼう だいこん ブロッコリー
ほうれんそう みかん

今月の目標

寒さに負けない強い体をつくろう！

				1 (金) たきこみごはん とうふハンバーグ にゅうめん
4 (月) さけのしおこうじやき うのはなのいりに とりごぼうじる	5 (火) ささみカツ グリーンサラダ オニオンスープ	6 (水) コッペパン タンドリーチキン スパゲティサラダ ポークビーンズ	7 (木) とりにくのたつたあげ れんこんのきんぴら さつまじる	8 (金) キムチチャーハン ワンタンスープ
11 (月) さばのこうみあげ こぶあえ すましじる	12 (火) ギョーザどん ちゅうかコーンスープ	13 (水) ごもくあんかけうどん コロッケ ごまマヨネーズサラダ	14 (木) ふゆやさいかレー フルーツあんにな	15 (金) とんかつ ボイルキャベツ みそけんちんじる
18 (月) とりにくの レモンソース ごまドレサラダ ポテトスープ	19 (火) ぶたにくの しょうがいため こぶきいも とうふのとろとろじる	20 (水) ハニーロール クリームスパゲティ コーンサラダ	21 (木) たらのごまふうみやき ふろふきだいこん きみのふるさとみそしる 	22 (金) もみのきハンバーグ ツナポテトサラダ はくさいスープ セレクトケーキ
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	