



12がつこんだてひょう



	げつ	か	すい	もく	きん	ど
ちゅうしょく	1 ごはん ぶたにくとやさいのしょうがふうみやき だいこんのみそしる	2 ごはん にぎかな かぼちゃのふくめに チンゲンサイのみそしる	3 パン レバーボール ブロッコリー えのきとワカメのスープ	4 ごはん とりにくのみそやき さともサラダ ふのすましじる	5 ごはん ポークカレー やさいサラダ	6 おやこうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう とうふドーナツ (てづくり)	ぎゅうにゅう サブレ	ぎゅうにゅう クラッカー	ぎゅうにゅう ふかしいも (てづくり)	ぎゅうにゅう ビスケット
ちゅうしょく	8 パン かぼちゃシチュー ツナサラダ	9 ごはん あつあげとこまつなのわふういため はるさめのすましじる	10 パン コロッケ ブロッコリー ゼリー	11 ごはん すきやき えのきとにんじんのすましじる のおヨーグルト おかき	12 ごはん にくだんごスープ マカロニサラダ(ハム)	13 ちゃんぽん みかん ぞうぐみ もちつき
おやつ	ぎゅうにゅう あられ	ぎゅうにゅう ほうれんそうのカップケーキ (てづくり)			ぎゅうにゅう せんべい	ぎゅうにゅう まるぼうろ
ちゅうしょく	15 ごはん ポークカレー やさいサラダ	16 ごはん にぎかな かぼちゃのふくめに チンゲンサイのみそしる	17 ごはん とりにくのみそやき さともサラダ ふのすましじる	18 ごはん ぶたにくとやさいのしょうがふうみやき だいこんのみそしる	19 パン れんこんのあげだんご ブロッコリーごまマヨあえ オニオンスープ	20 おやこうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう ふかしいも (てづくり)	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう クラッカー	ぎゅうにゅう とうふドーナツ (てづくり)	ぎゅうにゅう おかき おやついりこ	ぎゅうにゅう ビスケット
ちゅうしょく	22 パン かぼちゃシチュー ツナサラダ	23 ごはん すきやき えのきとにんじんのすましじる のおヨーグルト おかき	24 チキンライス とりのからあげ グリーンサラダ コーンスープ みかん カステラ クリスマス たんじょうかい	25 ごはん にくだんごスープ マカロニサラダ(ハム) ぎゅうにゅう せんべい	26 ごはん あつあげとこまつなのわふういため はるさめのすましじる ぎゅうにゅう ほうれんそうのカップケーキ (てづくり)	27 ちゃんぽん みかん ぎゅうにゅう まるぼうろ



さむさがきびしいこのきせつ、たいちょうをこわさないためにも ちゅうしょくは
しっかりとしましょう。ぜんじつのおなべのスープでおじやをしたり、インスタント
スープにごはんをいれたものなどがかんたんにできてオススメです。



※おこさんといっしょに、こんだてひょうをよめるように、ひらがなとカタカナでかいています。



ことしいちねん、お世話になりました。
らいねんもあんしんして たのしくたべれるきゅうしょく
づくりにはげみます。
みなさま、よいおとしをおむかえください。

かたのほいくえん れいわ7ねん12がつ