




令和5年12月献立表



ミルクたんぼぼ園

月		火		水		木		金		土	
								1日	椎茸の肉詰め ごま酢和え 味噌汁 ご飯 牛乳 バナナケーキ	2日	焼きめし スープ 果物 牛乳 人参の薄焼き
4日	蓮根の挟み揚げ 千草和え 味噌汁 ご飯 牛乳 かりかりいりこ	5日	鯖の塩焼き 含め煮 すまし汁 麦ご飯 果物 牛乳 せんべい	6日	芋煮 白菜の酢漬け つみれ汁 ご飯 牛乳 アメリカンドッグ	7日	ハンバーグ サラダ スープ パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	8日	小松菜と豚肉の卵炒め 五目まめ 味噌汁 ご飯 牛乳 さつまいもとりんごの甘煮	9日	クロックムッシュ サラダ スープ 果物 牛乳 ライスバーガー風
11日	鮭のちゃんちゃん焼き 和え物 かきたま汁 ご飯 牛乳 きなこ棒	12日	パスタ サラダ 果物 牛乳 カップケーキ	13日	おでん 人参しりしり 炊き込みご飯 果物 牛乳 おにぎり	14日	雷豆腐 和え物 味噌汁 麦ご飯 果物 牛乳 ぜんざい	15日	治部煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	16日	鯖缶サンド サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
18日	豚肉と蓮根の炒め物 胡麻酢和え 味噌汁 ご飯 牛乳 クッキー	19日	白身魚のポン酢和え 里芋の揚げ出し 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 グリッシーニ	20日	焼きコロケ 切干大根のおかか炒め けんちん汁 ご飯 牛乳 おにぎり	21日	冬至献立 ぶりの幽庵焼き 和え物 すまし汁 ご飯 寒天ゼリー 牛乳 南瓜パン	22日	🎄クリスマス献立🎄 チキン サラダ スープ おにぎり 牛乳 クリスマスケーキ	23日	豆腐のお好み焼き 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 果物
25日	蒸し鶏 春雨サラダ スープ ご飯 牛乳 クッキー	26日	肉じゃが 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 ほうれん草のケーキ	27日	ししゃもフライ 和え物 すまし汁 ご飯 果物 牛乳 お好み風せんべい	28日	お楽しみ献立 牛乳 お楽しみ				 <p>1月4日は お弁当の日です。 お弁当のご準備 よろしくお願いいたします</p>

※都合によりメニューが変更になる場合があります。
 22日 ☆冬至献立☆・・・22日は冬至の日。北半球で太陽が最も低く、夜が長くなる。柚湯に入り南瓜などを食べる風習がある。
 冬至には「運が付く」ということから「ん」が付く食べ物を食べて無病息災を願ってきました。
 幸運につながる「ん」のつく7種の食べ物 ♡なんきん・れんこん・にんじん・きんかん・ぎんなん・かんとん・うどん(うんどん)
 12月25日 🎄クリスマス…イエス・キリストの誕生を祝うキリスト教の祝日。
 12月 旬の食材…大根、蓮根、白菜、ねぎ、里芋、イカ、たら、みかん

