

れいわ3ねんど

# 11 がつ こんだてひょう

きりん・くま・ぞう ぐみ

くさつほいくえん

にち	ようび	こんだてめい	3じのおやつ
1	げつ	ちゅうかどんぶり きゃべつのこんぶあえ ういんなー	みるく ☆つなとーすと
2	か	さけのてりやき ぶろっこりーのおかかあえ さつまいもごはん	みるく おにぎりせんべい
4	もく	ちりこんかーん きゃべつのまりね(はむ) しょくぱん	みるく ぶどうゼリー ぼりこーん
5	きん	ぶたにくのしょうがやき もやしのわふうさらだ だいこんのみそしる ごはん	みるく ゆきのやど
6	ど	おべんとうもち	みるく ばなな
8	げつ	みそちゃんこなべ なつとうあえ ごはん	みるく ☆あいすほっくすくっきー
9	か	つないりかれーぴらふ ぐりーんさらだ おにおんすーぷ	みるく むーんらいと もちこまる
10	すい	さかなのいそふうみあげ ちぐさあえ とうふのみそしる ごはん	みるく ぼたぼたやき
11	もく	だいこんのそぼろに こまつなのおひたし むぎいりごはん	みるく なげっと
12	きん	にくうどん きりほしだいこんのつなあえ ちーず	みるく おさつすなつく げんじばい
13	ど	おべんとうもち	みるく おれんじゼリー
15	げつ	はっぼうさい ひじきのちゅうかあえ ごはん	みるく たべっこどうぶつ ぱりんこ
16	か	はんぱーぐ わふうのかにかまさらだ わかめごはん	みるく ☆さくさくどーなつ
17	すい	くりーむしちゅー だいこんさらだ ろーるぱん	みるく おにぎりせんべい
18	もく	あかうおのにつけ ごまずあえ なめこのみそしる むぎいりごはん	みるく ほしたべよ やさいかりんとう
19	きん	ぶたにくとやさいのてっかに わかめさらだ ごはん	みるく りんご べじたべる
20	ど	おべんとうもち	みるく ぶどうゼリー
22	げつ	みーとすばげっていー きゃべつとぶろっこりーのさらだ れたすのすーぷ	みるく ゆきのやど
24	すい	ちらしずし いんげんのごまあえ はなふのすましじる	みるく ☆ばななけーき
25	もく	さばのみそに ほうれんそうともやしのおひたし のっぺいじる むぎいりごはん	みるく あらびきえびせん ちよいす
26	きん	とりのからあげ はるさめのすのもの(こーん) たまねぎとあぶらあげのみそしる ごはん	みるく ぱりんこ えいじびすけっと
27	ど	おべんとうもち	みるく ばなな
29	げつ	ぶたじゃが しらすあえ ごはん	みるく おさつすなつく げんじばい
30	か	びーふかれーらいす こーるすろーさらだ やきかぼちゃ	みるく むーんらいと こざかなすなつく

予告なく献立を変更することがあります。ご了承ください。

・☆印は手作りおやつです。

・12月のお弁当持ちは・・・4日(土)、11日(土)、18日(土)、25日(土)です。

にち	ようび	ざいりようめい			3じのおやつ
		ねつやちからになるもの	ちやにくやほねになるもの	からだのちようしをととのえるもの	
1	げつ	せいはいくまい かたくりこ とりがらすーぶ ごまあぶら	ぶたにく しおこんぶ ういんなー	にんじん たまねぎ びーまん はくさい ほししいたけ たけのこ きゃべつ きゅうり	みるく つな たまねぎ まよねーず しょくぱん
2	か	せいはいくまい ごま かたくりこ	さけ かつおぶし	さつまいも ぶろっこりー にんじん もやし きゅうり	みるく おにぎりせんべい
4	もく	しょくぱん こんそめ かたくりこ とまとじゆーす とまとびゆーれ	だいや ぎゅうひきにく はむ	たまねぎ にんじん せろり きゃべつ きゅうり	みるく ぶどうぜりー ほりこーん
5	きん	せいはいくまい みそ くずきり まよねーず	ぶたにく あぶらあげ わかめ ちりめんじゃこ にぼし	たまねぎ にんじん しょうが だいこん もやし	みるく ゆきのやど
6	ど				みるく ばなな
8	げつ	せいはいくまい みそ かたくりこ まよねーず	とりひきにく たまご とうふ にぼし なつとう	ねぎ ごぼう にんじん はくさい だいこん きゅうり せろり	みるく むえんばたー さんおんとう たまご はくりきこ ぐらにゆーとう
9	か	せいはいくまい こーん こんそめ まーがりん かれーこ	つな	にんじん ぐりんぴーす たまねぎ ねぎ きゃべつ びーまん ぶろっこりー	みるく むーんらいと もちこまる
10	すい	せいはいくまい かたくりこ みそ	たら あおのり とうふ わかめ あぶらあげ たまご にぼし	しょうが にんじん きゅうり きゃべつ	みるく ぼたぼたやき
11	もく	せいはいくまい おしむぎ かたくりこ ごま こんにやく	とりひきにく ちくわ あぶらあげ	だいこん にんじん たまねぎ こまつな もやし いんげん	みるく なげつと
12	きん	うどん うどんすーぶ	ぎゅうにく つな ちーず	にんじん たまねぎ ねぎ きりぼしだいこん きゅうり もやし	みるく おさつすなつく げんじばい
13	ど				みるく おれんじぜりー
15	げつ	せいはいくまい ごまあぶら かたくりこ とりがらすーぶ こーん ごま	ぶたにく ひじき はむ	はくさい にんじん たまねぎ びーまん ほししいたけ きゅうり ぐりんぴーす	みるく たべつこどうぶつ ぱりんこ
16	か	せいはいくまい ばんこ けちやっぶ うすたーそーす	わかめ たまご ぶたひきにく ぎゅうひきにく かにかま	たまねぎ にんじん きゃべつ	みるく むえんばたー さんおんとう たまご ぎゅうにゆう はくりきこ べーきんぐばうだー さらだあぶら
17	すい	ろーるばん じゃがいも こーんしちゆーるう	とりにく	にんじん ぐりんぴーす たまねぎ だいこん きゃべつ きゅうり さつまいも	みるく おにぎりせんべい
18	もく	せいはいくまい おしむぎ みそ ごま	あかうお とうふ にぼし あぶらあげ	しょうが だいこん なめこ ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり	みるく ほしたべよ やさいかりんとう
19	きん	せいはいくまい じゃがいも みそ	ぶたにく わかめ	にんじん ごぼう たまねぎ たけのこ きゅうり きゃべつ とまと	みるく りんご べじたべる
20	ど				みるく ぶどうぜりー
22	げつ	すばけつていー うすたーそーす けちやっぶ こんそめ こーん	ぶたひきにく こなちーず べーこん わかめ	たまねぎ にんじん びーまん ばせり れたす きゃべつ きゅうり ぶろっこりー とまと	みるく ゆきのやど
24	すい	せいはいくまい ふ ごま	かまぼこ ちりめんじゃこ こうやどうふ のり たまご かつおぶし こんぶ	にんじん かんびょう ほししいたけ ぐりんぴーす いんげん ねぎ もやし きゃべつ だいこん	みるく はくりきこ べーきんぐばうだー ぎゅうにゆう まーがりん たまご ばなな ふんとう さんおんとう
25	もく	せいはいくまい おしむぎ みそ さといも	さば かつおぶし こんぶ	だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ しょうが ほうれんそう もやし	みるく あらびきえびせん ちよいす
26	きん	せいはいくまい かたくりこ みそ こーん はるさめ	とりにく にぼし あぶらあげ	しょうが たまねぎ ねぎ にんじん きゅうり だいこん	みるく ぱりんこ えいじびすけつと
27	ど				みるく ばなな
29	げつ	せいはいくまい じゃがいも しらたき	ぶたにく ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん きゃべつ いんげん もやし	みるく おさつすなつく げんじばい
30	か	せいはいくまい じゃがいも かれーるう こーん	ぎゅうにく	にんじん たまねぎ ぐりんぴーす きゃべつ きゅうり とまと かぼちゃ	みるく むーんらいと こざかなすなつく