



12月

◆師走を迎え、いろいろと気忙しいこのごろです。10大ニュースや流行語など、一年を締めくくる記事が新聞やテレビをにぎわすようになってきました。ご家族で「ぼく／私の10大ニュース」をあげてみるのもおもしろそうですね。



	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前	牛乳、ポーロ	牛乳、せんべい	牛乳、ウエファー	牛乳、ビスケット	牛乳、クッキー	せんべい
昼食	麦ごはん ポークカレー スープ ブロッコリーサラダ りんご	もちきびごはん さつまいもと豚肉のかき揚げ ひじきとかまぼこのサラダ 大根すまし汁 みかん	麦ごはん 卵焼き きんぴらごぼう ゆし豆腐 バナナ	もちきびごはん チキンの照り焼き マカロニサラダ キャベツスープ	麦ごはん 魚の照り焼き クーフィリチー 南瓜みそ汁 オレンジ	ピラフ ブロッコリーごま和え スープ バナナ
午後	お茶、おにぎり	牛乳、蒸しパン	牛乳、ミルクトースト	牛乳、きなこフレンチトースト	プチダノン、せんべい	プチダノン、ビスケット
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前	牛乳、ポーロ	牛乳、せんべい	牛乳、ウエファー	牛乳、ビスケット	牛乳、クッキー	せんべい
昼食	汁そば 含め煮 きゅうりのツナ和え りんご	もちきびごはん 鮭のフライ かぼちゃのサラダ みそ汁(小松菜) みかん	麦ごはん 魚のゴマみそ焼き 白菜のサラダ みそ汁(しめじ) バナナ	もちきびごはん 鶏肉の野菜煮込み 小松菜のゴマ和え オニオンスープ オレンジ	麦ごはん 魚の天ぷら 高野豆腐の煮物 なめこみそ汁	カレーライス きゅうりの和え物 スープ バナナ
午後	お茶、おにぎり	牛乳、パン	牛乳、フレンチトースト	牛乳、お好み焼き	ヨーグルト、ビスケット	ヨーグルト、ビスケット
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前	牛乳、ポーロ	牛乳、せんべい	牛乳、ウエファー	牛乳、ビスケット		せんべい
昼食	マグロそぼろ丼 ナムル 大根すまし汁 りんご	もちきびごはん 魚の南蛮漬け 野菜いため スープ(しめじ) みかん	麦ごはん マーボー豆腐 小松菜のマヨ和え もずくスープ オレンジ	おにぎり フライドチキン・チューリップ ポテトフライ コールスローサラダ コーンスープ	クリスマス会・お楽しみ会	汁そば ブロッコリー和え物 バナナ
午後	お茶、おにぎり	牛乳、蒸しパン	牛乳、ソーメンチャンプル	牛乳、かぼちゃフレンチトースト		プチダノン、ビスケット
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前	牛乳、ポーロ	牛乳、せんべい	牛乳、ウエファー	牛乳、ビスケット	牛乳、クッキー	せんべい
昼食	きつねうどん かき揚げ 白菜おかか和え りんご	もちきびごはん 豆腐ととうもろこしのヘルシーナゲット ひじきのゴマ和え すまし汁(小松菜) みかん	ピラフ、ハンバーグ ブロッコリーとコーンのサラダ、ポテトスープ フルーツヨーグルト	もちきびごはん、クリームシチュー(鶏肉)、ブロッコリーごま和え、	汁そば 和風サラダ みかん	豚丼 きゅうりのおかか和え スープ バナナ
午後	お茶、おにぎり	牛乳、パン	牛乳、たこ焼き風ポテト	牛乳、ミルクトースト	プチダノン、せんべい	プチダノン、ビスケット