

きゅうしょくだより 12月

慶光保育園

令和7年11月28日発行

月	火	水	木	金	土
1 ・豚肉の生姜焼き ・野菜のレモン醤油和え ・リンゴ ・大学芋 ・牛乳	2 ・チーズ入りオムレツ ・ブロッコリーのホットサラダ ・バナナ ・ひじきおにぎり ・牛乳	3 ・魚のお好み焼き風 ・根菜の煮物 ・みかん ・ウインナー蒸しパン ・牛乳	4 ・凍り豆腐のオランダ煮 ・小松菜の塩昆布和え ・ししゃも ・リンゴ ・牛乳もち ・牛乳	5 ・野菜カレー ・ドレッシングサラダ ・バナナ ・塩クッキー ・牛乳	6 ・ナポリタン ・ゆで卵 ・オレンジ ・クリームパン
8 ・大豆入りひじきの油炒め ・キャベツとツナの和え物 ・リンゴ ・カルシウムトースト ・牛乳	9 ・豆腐入りミートローフ ・マカロニサラダ ・バナナ ・ふかし芋 ・牛乳	10 ・鮭のちゃんちゃん ・ホイル蒸し ・切干大根の煮付け ・トマト ・フルーツヨーグルト ・牛乳	11 ・レバーの甘辛煮 ・コロコロ ・おさつサラダ ・みかん ・ほうれん草の焼もち ・牛乳	12 お弁当日 	13 ・親子丼 ・味噌汁 ・バナナ ・バーンクーヘン
15 ・ポークビーンズ ・鉄分サラダ ・かえり ・リンゴ ・キャラメル麩 ・牛乳	16 ・牛肉とごぼうのおかか煮 ・冬野菜のゆかり和え ・オレンジ ・やせうま ・牛乳	17 ・具だくさん卵焼き ・野菜の納豆和え ・バナナ ・じゃこおにぎり ・牛乳	18 ・鶏肉の照り焼き ・スノーサラダ ・煮南瓜 ・リンゴ ・豆腐のチーズケーキ ・牛乳	19 ・厚揚げの麻婆豆腐 ・胡瓜とわかめの酢の物 ・みかん ・人参スコーン ・牛乳	20 ・きつねうどん ・バナナ  ・菓子
22 ・炒り卵の中華あんかけ ・切干大根の和え物 ・リンゴ ・わかめとしらすのポテト焼き ・牛乳	23 ・豚汁 ・切昆布の当座煮 ・オレンジ ・プリン ・牛乳	24 ・魚の香草パン粉焼き ・蓮根とひじきのマヨサラダ ・煮豆 ・トマト ・胡麻フロランタン ・牛乳	25 クリスマス会 ・ハンバーガー風 ・ブロッコリーのサラダ ・コーンスープ ・ポテトフライ ・バナナ  ・ココアケーキ ・牛乳	26 ・ゆかりご飯 ・チキン南蛮 ・白菜のごま和え ・リンゴ ・ケーキ ・牛乳	27 ・ハヤシライス ・オレンジ ・おせんべい
 今月のお弁当日は 12日（金）です。 				 12/28～1/4まで お休みです。	

カルシウムトースト

食パン 6枚切 1枚
 しらす 12g
 桜エビ 4g
 マヨネーズ 20g

- ①食パンを1/4に切る
 - ②しらす・桜エビ・マヨネーズを混ぜ合わせる
 - ③食パンに塗って、トースターで焼く
- ※青のりを入れてもおいしいです 🎵

※都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。