

# 12月 こん だて ひょう わくわく献立表

## 旬の食べ物

ごぼう だいこん ブロccoli  
ほうれんそう みかん



## 今月の目標

寒さに負けない強い体をつくろう！



		1 (木) ぶたどん じゃがもちじる		2 (金) ちくわのいそべあげ きりぼしだいこん のにももの みそけんちんじる	
5 (月) たらのみそやき ごもくだいず かきたまじる		6 (火) ぶたにくの しょうがいため こふきいも まめまめみそしる		7 (水) きつねうどん ささみカツ ツナごぼうサラダ	
12 (月) しろみぎかなフライ ごまあえ とりごぼうじる		13 (火) マーボーだいこん ナムル わかたまスープ		14 (水) ハニーロール クリームスパゲティ グリーンサラダ	
19 (月) ふゆやさいかレー かんてんサラダ		20 (火) はるまき ちゅうかマヨサラダ とうふのスープ		21 (水) やきぎかな ふるふきだいこん きみのふるさとみそしる 	
26 (月) 		27 (火) 		28 (水) 	
				22 (木) とりにくの かりんあげ うめおかかあえ すましじる	
				23 (金) もみのきハンバーグ コーンサラダ はくさいスープ セレクトケーキ	
				24 (土) 	