

12月献立表

12/12(金):お楽しみ弁当
12/19(金):クリスマス会食

月	火	水	木	金	土
おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	6 きらきら会
1 白飯 たらの和風ピカタ 白菜のとさみの胡麻 味噌和え 厚揚げと大根の味噌汁 ごはんの味噌お焼き(手作り)	2 白飯 焼き鯖 かぶの昆布茶漬け 打ち豆の昆布煮 ミネストローネ ぴよっちサブレ・牛乳	3 白飯 チキンカレー おかか大根サラダ 果物 エビ玄米せんべい・牛乳	4 白飯 麻婆白菜春雨豆腐 カクテルサラダ さつま芋の味噌汁 ポリポリ小魚 ポン米バー・お茶	5 白飯 赤魚の煮つけ ビビンバ風味噌和え 洋風のつべい汁 果物 星せんべい・牛乳	
おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	13 おやつ 飲み物
8 白飯 たらの卯の花揚げ ナムル ワンタンスープ カラフル蒸しパン(手作り)	9 白飯 茶碗蒸し 牛豚肉とひじきの甘煮 セレクトふりかけ 果物 もち麦おこげせん・お茶	10 白飯 かれいのにんにくパン粉 焼き 厚揚げと切昆布の炒め煮 洋風味噌汁 煮干し ミレービスケット・牛乳	11 白飯 筑前煮 切り干し大根の胡麻マヨ 和え ヨーグルト 薄揚げの味噌汁 からっとおから・お茶	12 お楽しみ弁当 さつま芋蒸し饅頭(手作り)	
おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	20 おやつ 飲み物
15 白飯 さわらの油ろし煮 ひじきの金平炒め 豚汁 果物	16 白飯 豚肉ときのこの味噌炒め ポテトサラダ ほたてとレタスのスープ 煮干し	17 白飯 花野菜グラタン ひじきの梅肉サラダ アサリの味噌汁	18 白飯 肉じゃが 白菜とりんごのサラダ 味噌スープ	19 クリスマス会食 シーフードピラフ フライドチキン マカロニサラダ 星ポテト お吸い物	
田舎のおかき・牛乳	大根もち(手作り)・お茶	野菜ミニバー・牛乳	大学芋(手作り)・お茶	動物カステラ・牛乳	
おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	果物・牛乳	おやつ・牛乳	27 休園
22 白飯 ボルシチ 華風和え 豆腐の味噌汁 煮干し うす焼きビスケット・牛乳	23 白飯 揚げ鯖のチーズソース かまぼこと糸こんにゃくの 胡麻和え さつま汁 クリスマスケーキ(手作り)	24 白飯 根野菜のオイスターソース 炒め 炒り豆腐 豆苗スープ ヨーグルト のりセサミ・牛乳	25 白飯 カロテンバーグ ブロッコリーのアーモンド和え とろとろ汁 昆布ツナマヨおにぎり(手作り)	26 菜飯 ちゃんこうどん かにかまとゆで卵のサラダ 果物 カルテツビスケット・牛乳	
29	30	31			
年末休み					

先月のおすすめ献立レシピ

<鬼まんじゅう>

<材料>さつま芋1本(約250g)、砂糖大さじ3、薄力粉70g、白玉粉10g、牛乳20g(白玉粉は無くてもOK)

<作り方>

- ① さつま芋を1cmの角切りにして水にさらす
- ② 小麦粉と白玉粉に牛乳、砂糖を混ぜる
- ③ 水気を完全に取ったさつま芋と②を合わせる
- ④ カップに入れて、蒸し器で蒸す

ごつごつと鬼の角のように見える
ことが名前の由来だそうです!
蒸しパンとは違い、ホクホクとした
さつま芋ともちもちした粉のつな
ぎが絶妙で、素朴な味ですが子
ども達にも大人気です♪

