

12月予定献立表

＜平成30年＞
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時おやつ
			追加	10時	
1	土	ミートスパゲティ・ツナサラダ・フルーツ	茹でブロッコリー	フルーツ ビスケット	
3	月	牛丼・煮豆・しらす和え・なめこ汁・ゼリー	チーズキッス	フルーツ せんべい	おからドーナツ
4	火	大豆入りわかめご飯・鮭のレモン蒸し・切り干し大根サラダ・すまし汁・フルーツ	豆腐	フルーツ クラッカー	さつま芋マフィン
5	水	＜4.5歳バイキング＞ ご飯・味付けのり・メンチカツ・なます・みそ汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ ボーロ	マカロニグラタン
6	木	納豆ご飯・豚のんにく焼き・ポパイサラダ・つみれ汁・フルーツ	豆腐	フルーツ カミカミ昆布	チョコまんじゅう
7	金	＜もちつき会＞ きつねうどん・ししゃものフリッター・ブロッコリーごま和え・ヨーグルト	ジャム	フルーツ せんべい	プリン ウエハース
8	土	親子丼・みそ汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ ビスケット	
10	月	クリームスパゲティ・手羽先の塩焼き・スティック野菜・ゼリー	チーズキッス	フルーツ ウエハース	肉まん
11	火	ご飯・ふりかけ・焼魚・ごま和え・かきたま汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ ビスケット	豆腐チョコ蒸しパン
12	水	＜誕生会＞		フルーツ せんべい	ケーキ
13	木	ご飯・豚カツ・納豆和え・かす汁・フルーツ	味付けのり	フルーツ クラッカー	黒糖まんじゅう
14	金	シーフードカレー・大根サラダ・チーズキッス・ヨーグルト	ジャム	フルーツ ボーロ	フレンチトースト
15	土	豚丼・みそ汁・フルーツ	豆腐	フルーツ ビスケット	
17	月	コーンご飯・さんまのかば焼き・ナムル・みそ汁・ゼリー	チーズキッス	フルーツ カミカミ昆布	スノーボールクッキー
18	火	菜飯・ミートローフ・シーザーサラダ・すまし汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ せんべい	おしるこ
19	水	ご飯・栄養揚げ・おひたし・豚汁・フルーツ	きな粉	フルーツ ビスケット	小松菜とニラのチーズチヂミ
20	木	メロンパン・豚肉のピカタ・白菜サラダ・豆乳スープ・ヨーグルト	ジャム	フルーツ ウエハース	みるくもち
21	金	＜クリスマス会＞		フルーツ せんべい	かぼちゃチーズ団子
22	土	肉うどん・さつま芋サラダ・フルーツ	茹でブロッコリー	フルーツ クラッカー	
24	月	＜振替休日＞			
25	火	ラーメン・甘辛ガーリックチキン・ミルクポテトサラダ・ゼリー	チーズキッス	フルーツ ボーロ	ひじきおにぎり 煮干しバター
26	水	きな粉ご飯・煮魚・酢の物・みそ汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ ビスケット	あん入り蒸しパン
27	木	ご飯・豚肉のしょうが焼き・マカロニサラダ・すまし汁・フルーツ	ふりかけ	フルーツ カミカミ昆布	パウンドケーキ
28	金	ハヤシライス・コールスロー・チーズキッス・フルーツ	茹でブロッコリー	フルーツ クラッカー	マシュマロおこし
29	土	＜弁当の日＞		フルーツ せんべい	
31	月	＜年末休園＞			

今年のかぜを
ひきま宣言！

かぜ予防のポイント



発熱や下痢の症状が出ている時は、体から多くの水分が失われています。そのため、脱水に気をつけて水や茶、ジュース、スポーツドリンクなど、飲みやすいものを選んで水分補給をしましょう。

かぜをひかないように、日頃からかぜの予防を心がけましょう。