

2018年 12月 初期

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	土	絹ごし豆腐		玉葱 ホウレン草
2	日			
3	月	絹ごし豆腐	片栗粉	小松菜 人参
4	火	鮭 絹ごし豆腐	じゃがいも 片栗粉	人参
5	水	絹ごし豆腐		人参 白菜 玉葱
6	木	柿	片栗粉	ブロッコリー 大根
7	金	絹ごし豆腐	片栗粉	トマト 西洋南瓜 ブロッコリー
8	土	ゆし豆腐	さつまいも	人参 玉葱
9	日			
10	月	絹ごし豆腐		小松菜 胡瓜 人参
11	火	絹ごし豆腐		ホウレン草 白菜
12	水	キノコ	片栗粉	冬瓜 人参
13	木	絹ごし豆腐		人参 トマト 玉葱
14	金	鮭	じゃがいも	キャベツ 玉葱
15	土			
16	日			
17	月	絹ごし豆腐 保育園ミルク	片栗粉	キャベツ 玉葱
18	火	すり身		人参 人参ソテー
19	水	赤魚	片栗粉	人参 キャベツ 玉葱
20	木			
21	金	絹ごし豆腐 保育園ミルク	じゃがいも	人参
22	土	柿		ピーマン 人参 ホウレン草
23	日			
24	月			
25	火	キノコ		人参 キャベツ
26	水	絹ごし豆腐	片栗粉	人参 西洋南瓜
27	木	絹ごし豆腐	じゃがいも	玉葱
28	金	柿	片栗粉 じゃがいも	人参
29	土			
30	日			
31	月			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。