

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	クラッカー	3	ベビーチーズ	4	ドライプルー	5	クラッカー	6	ベビーチーズ	7	
昼食	ご飯(胚芽米) なすの味噌炒め そうめん汁 セロリのはちみつ和え		ご飯(胚芽米) さばのみぞれ煮 フーイリチャー みそ汁(じゃがいも)		ご飯(胚芽米) 豚肉のねぎ焼き キャベツサラダ アーサ汁		ご飯(胚芽米) チムシンジ きゅうりの梅和え		ご飯(胚芽米) 石狩汁 ココロサラダ		タコライス 付け合わせ(きゅうり) わかめスープ	
午後	サーターアングギー 保育乳 柿		ゴマサンド 果物/保育乳		にんじん蒸しケーキ 保育乳 キーウイ		ムーチー 果物/保育乳		スイートポテト 果物/保育乳		おやつ焼きうどん 保育乳 ドライプルー	
午前	9	クラッカー	10	ベビーチーズ	11	ドライプルー	12	クラッカー	13	ベビーチーズ	14	
昼食	ご飯(胚芽米) すき焼き風煮 彩り野菜のごま和え		ご飯(胚芽米) さばの南部焼き ひじきとかぼちゃの炒り煮 ゆし豆腐のみそ汁		胚芽ロールパン チリコンカン カラフルサラダ ベビーチーズ		ご飯(胚芽米) 魚の塩焼き 味噌汁 白菜の塩昆布和え		ご飯(胚芽米) 厚揚げの中華五目煮 スープ 付け合わせ(きゅうり)		炊き込みご飯 保育乳 みかん	
午後	芋天ぷら 保育乳 柿		おとうふボール 果物/保育乳		しそ味噌おにぎり 保育乳 みかん		のりごまクッキー 果物/保育乳		ヒラヤーチー 果物/保育乳			
午前	16	クラッカー	17	ベビーチーズ	18	ドライプルー	19	クラッカー	20	ベビーチーズ	21	
昼食	ナポリタン コーンスープ つけあわせ(きゅうり)		ご飯(胚芽米) 魚のカラフル焼き なます みそ汁		沖縄そば 筑前煮		ご飯(胚芽米) 酢豚 卵スープ きゅうりのゆかり和え		トゥンジージュシー せんぎり炒め アーサ汁		2色丼 みそ汁 付け合わせ(きゅうり)	
午後	油揚げとにんじんの混ぜご飯 保育乳 バナナ		もちもちチーズパン 果物/保育乳		なめしおにぎり 保育乳 りんご		マミーサンド ヨーグルト		れんこんかき揚げ 果物/保育乳		ゆかりおにぎり 保育乳 果物	
午前	23	クラッカー	24	ベビーチーズ	25	ドライプルー	26	クラッカー	27	ベビーチーズ	28	
昼食	ご飯(胚芽米) 豚汁 砂肝の和え物		小豆ご飯 中味汁 白和え(ひじき)		ハヤシライス きゅうりとごぼうのサラダ		ご飯(胚芽米) 鶏の照り焼き 野菜炒め みそ汁		ご飯(胚芽米) 白身魚のフライとタルタルソース 根菜汁 付け合わせ(きゅうり・トマト)		きのこスパゲッティー スープ 付け合わせ(きゅうり)	
午後	豆菓子 みかん/保育乳		りんごケーキ 豆乳 ドライプルー		オートミールバー ヨーグルト/保育乳		ケーキ 果物/保育乳		焼きそば 果物/保育乳		ふかし芋 保育乳 果物	

12/22は冬至です!

- ・寒さが厳しくなる季節に、仏壇やヒヌカンに家族の健康を祈願して「トゥンジージュシー」をお供えします。
- ・ヒヌカンは台所に祀られる「火の神」で、沖縄の家庭にはなじみ深い神様ですね。
- ・具だくさん、栄養満点のトゥンジージュシーを食べることで寒さに負けない!という意味があります。
- ・また、「田芋(ターナム)」や「里芋」が入っているので、子芋をたくさんつけている芋にならない子孫繁栄を願う意味もあります。