

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	～旧暦12月8日はムーチーの日～			1	2	3
献立	沖縄では、昔から旧暦の12月8日に無病息災や厄払いのため、サンニン（月桃の葉）に包んで蒸した餅（ムーチー）を食べたり、軒先につるしたり、蒸すときに出た煮汁を家の周りにまく風習があります。月桃の葉のにおいを、鬼が嫌うと言われています。 今年の旧暦12月8日は、1月26日（月）。今月は子どもたちの健康を願って、1月23日にムーチー包み体験を予定しています。ぜひご家庭でもムーチーづくりに挑戦してみてください。美味しく作るコツは、時間をかけてよくこねることです。					
おやつ						
朝おやつ	5	煮干し（0.1歳せんべい）	6	バナナ	7	せんべい
献立	ポークカレーライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ パイン缶		ごはん 豚のしょうが炒め さつま芋の甘煮 おそうに風すまし汁 みかん		鶏そぼろ丼 ゴボウサラダ 大根のみそ汁 みかん缶	
おやつ	麦茶，鮭のおにぎり		牛乳，ミニバウムクーヘン		牛乳，きな粉クリームサンド	
朝おやつ	12	煮干し（0.1歳せんべい）	13	バナナ	14	せんべい
献立	成人の日		ハヤシライス コールスローサラダ わかめスープ 黄桃缶		ごはん 油みそ（ごはんの添え） 鶏の筑前煮 もずくのすまし汁 みかん缶	
おやつ			調整豆乳，ミルクパン		牛乳，シュガーラスク	
朝おやつ	19	煮干し（0.1歳せんべい）	20	バナナ	21	せんべい
献立	もずく丼 ポテトサラダ ゆし豆腐 パイン缶		ミートソーススパゲティ きゅうりのおかか和え 白菜の豆乳スープ ぶどうゼリー		ごはん 白身魚のみそ焼き 人参シリシリ なすのみそ汁 バナナ	
おやつ	牛乳，黒糖プリン（蒸しパン）		麦茶，りんごおにぎり		牛乳，大学芋（0.1歳大学芋）	
朝おやつ	26	煮干し（0.1歳せんべい）	27	バナナ	28	せんべい
献立	三色ごはん 彩りサラダ 大根のみそ汁 黄桃缶		わかめごはん 照り焼きチキン ほうれん草ソテー 白菜スープ オレンジ		ごはん ゆかりご飯 白身魚のピザ風焼き 切り干しエリチー そうめん汁 バナナ	
おやつ	牛乳，りんごケーキ		牛乳，ミニ肉まん		牛乳，ちんすこう	
朝おやつ	30	煮干し（0.1歳せんべい）	31	バナナ	32	せんべい
献立	もちきびご飯 豚肉のキャップ炒め かぼちゃサラダ 大根のみそ汁 いちごゼリー		ごはん とんかつ からし菜炒め さつま芋のみそ汁 みかん缶		大掃除 	
おやつ	牛乳，誕生日ケーキ		牛乳，シスコーン		牛乳，誕生日ケーキ	