



12月献立表



美保関東保育所

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	ごはん 鶏のさっぱり煮 サラダ 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・梅干し・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 春雨・きゅうり・ハム・わかめ・マヨネーズ・塩 人参・しめじ・キャベツ・味噌	せんべい 大学南瓜 (南瓜・油・水・醤油・砂糖・黒ゴマ) オレンジ
2 (火)	 お弁当の日 <small>お弁当には必ず火を通したものを入れてください。 球状の食べ物は必ずカットしてください。</small>	おもちつき会 <small>今年はかがみもちを作ります。できたものはお家に持って帰ります。</small>	せんべい お餅風(小豆・きな粉・砂糖醤油・大根おろし) (もち米・米・ゆで小豆缶・きな粉・砂糖・塩・砂糖・醤油・大根・麺つゆ)
3 (水)	ごはん 野菜オムレツ ビーフンソテー ^{スープ} バナナ	米 卵・マヨネーズ・牛乳・塩・玉葱・じゃが芋・ほうれん草・油・ピザチーズ・ケチャップ ビーフン・ベーコン・キャベツ・人参・コンソメ えのき・しめじ・玉葱・人参・コンソメ・油・塩	せんべい レモンラスク (食パン・無塩バター・グラニュー糖・レモン汁) バナナ
4 (木)	ごはん 麻婆豆腐 塩昆布和え ^{スープ} みかん	米 豆腐・豚ひき肉・玉葱・人参・干し椎茸・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 ブロッコリー・人参・塩こんぶ・ごま油 卵・チンゲン菜・かぶ・春雨・鶏ガラ	せんべい そぼろおむすび (米・鶏挽肉・醤油・砂糖・油) みかん
5 (金)	ごはん ぶりの幽庵焼き チョレギサラダ 味噌汁 オレンジ	米 ぶり・ゆず・酒・みりん・薄口醤油 キャベツ・人参・ちくわ・醤油・ごま油・海苔 玉葱・えのき・白菜・味噌	せんべい ココアボーロ (米粉・片栗粉・バター・油・砂糖・ココア) オレンジ
6 (土)	豚玉丼 すまし汁 バナナ	米・豚肉・卵・玉葱・人参・えのき・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油 人参・大根・さつま芋・薄口醤油・塩 バナナ	せんべい おやつパン
8 (月)	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根の炒め物 味噌汁 オレンジ	米 ひじき・豚挽き肉・木綿豆腐・玉葱・片栗粉・塩・ケチャップ・中農ソース・砂糖 切干大根・玉葱・えのき・ベーコン・にら・薄口・酒・ごま油 キャベツ・厚揚げ・人参・味噌	せんべい ふかしいも (さつま芋) オレンジ
9 (火)	ごはん すき焼き風煮 きゅうり漬け 味噌汁 バナナ	米 牛ばら・玉葱・人参・白菜・厚揚げ・ねぎ・醤油・薄口・砂糖・酒・みりん・油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 かぶ・人参・もやし・味噌	せんべい マカロニきな粉 (米粉マカロニ・きな粉・砂糖・塩) バナナ
10 (水)	ロールパン 鶏のレモン醤油焼き キャベツソテー ^{スープ} オレンジ	ロールパン 鶏もも・レモン果汁・砂糖・みりん・酒・醤油 キャベツ・しめじ・ワインナー・醤油・バター じゃが芋・大根・もやし・コンソメ	せんべい パイナップルケーキ (ホットケーキミックス・卵・牛乳・パイナップル缶) オレンジ
11 (木)	ごはん さばの味噌煮 大根とツナマヨ和え ^{すまし汁} バナナ	米 鯖・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖・味噌 大根・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩こんぶ さつま芋・玉葱・しめじ・薄口醤油	せんべい わかめおむすび (米・炊き込みワカメ・ごま) バナナ
12 (金)	ハヤシライス チーズ ごま酢和え みかん	米・豚肉・人参・しめじ・玉葱・ハヤシルウ・油 チーズ ブロッコリー・人参・ちくわ・酢・砂糖・醤油・ごま	せんべい ガーリックポテト (フライドポテト・ガーリックパウダー・塩) みかん
13 (土)	ツナごはん 豚汁 バナナ	米・ツナ・しそ・醤油・砂糖・みりん 豚もも・大根・人参・油揚げ・玉葱・味噌 バナナ	せんべい 青りんごゼリー
15 (月)	ごはん レバーのカレー揚げ ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・ウスターソース・カレー粉・酒・片栗粉・油 ひじき・油揚げ・人参・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油 じゃが芋・大根・白菜・味噌	せんべい 小倉抹茶蒸しパン (米粉・ベーキングパウダー・牛乳・油・ゆで小豆缶・抹茶) オレンジ
16 (火)	ごはん 筑前煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏もも・人参・大根・里芋・レンコン・椎茸・薄口醤油・醤油・みりん・砂糖・酒 キャベツ・もやし・ごま・醤油 玉葱・人参・木綿豆腐・味噌	せんべい マシュマロおこし (マシュマロ・バター・コーンフレーク) バナナ

	献立名	材料	おやつ
17 (水)	ごはん 鮭のねぎマヨ焼き サラダ スープ みかん	米 鮭・ねぎ・マヨネーズ・醤油・酒 切干大根・きゅうり・人参・ごま・酢・砂糖・薄口・砂糖・ごま油 大根・人参・コーン・豆腐・鶏ガラ みかん	せんべい パンプキンパイ (パイシート・南瓜・砂糖・牛乳・グラニュー ー糖)
18 (木)	ごはん 千草焼き ピーじゃこ炒め 味噌汁 オレンジ	米 卵・豚挽き肉・人参・玉葱・しいたけ・ねぎ・醤油・砂糖 ピーマン・黄ピーマン・しらす・砂糖・醤油・油 玉葱・人参・わかめ・味噌 オレンジ	せんべい ポテトお焼き (じゃが芋・ツナ・マヨネーズ・片栗粉・ コーン・塩・こしょう)
19 (金)	 クリスマス誕生日会 		せんべい プリンアラモード (プリン・ホイップクリーム・みかん缶・も も缶・チョコスプレー)
20 (土)	焼きそば スープ みかん	焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・焼きそばソース もやし・えのき・木綿豆腐・卵・鶏ガラ みかん	せんべい おやつパン
22 (月)	ごはん 鶏の塩麹焼き 納豆和え のっつい汁 バナナ	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 ほうれん草・人参・ひきわり納豆・かつお節・醤油・海苔 鶏肉・里芋・糸こんにゃく・ごぼう・人参・白ネギ・油・醤油・塩 バナナ	せんべい スイートポテト (さつま芋・無塩バター・牛乳・砂糖)
23 (火)	ごはん 赤魚の煮つけ 酢の物 味噌汁 みかん	米 赤魚・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・人参・ちくわ・醤油・酢・砂糖・ごま 玉葱・じゃが芋・しめじ・味噌 みかん	せんべい ツナマヨおむすび (米・ツナ・マヨネーズ)
24 (水)	ごはん ポテト入り卵焼き サラダ スープ オレンジ	米 卵・じゃが芋・玉葱・ピザチーズ・牛乳・パセリ粉・砂糖・塩・醤油・油 大根・プロッコリー・ハム・かつお節・醤油・ごま油 玉葱・えのき・白菜・コンソメ オレンジ	せんべい きな粉フレンチトースト (食パン・牛乳・きな粉・砂糖)
25 (木)	カレーライス ワインナー ひじきサラダ バナナ	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃがいも・カレールウ ワインナー ひじき・きゅうり・コーン缶・酢・砂糖・薄口醤油・ごま油 バナナ	せんべい ヨーグルト 
26 (金)	年越しうどん さつま芋の甘辛煮 マヨ和え オレンジ	うどん・油揚げ・玉葱・椎茸・人参・鶏肉・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん・油 さつま芋・醤油・砂糖 キャベツ・きゅうり・醤油・マヨネーズ・すりごま オレンジ	せんべい 五平餅 (もち米・米・味噌・砂糖・みりん・酒)
27 (土)	ポテマヨトースト スープ みかん	食パン・ベーコン・じゃがいも・玉葱・パセリ粉・マヨネーズ・ピザチーズ 大根・人参・チンゲン菜・卵・コンソメ みかん	せんべい フルーチェ (フルーチェ・牛乳)
29 (月)	 年末休所 		
30 (火)			
31 (火)			

★未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます★

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい

★クリスマス誕生日会メニュー★



★ ピラフ
(米・ベーコン・玉葱・人参・コンソメ・塩・こしょう)

★ のり塩からあげ
(鶏肉・酒・塩・鶏ガラ・青のり・片栗粉・油)

★ ツリーサラダ
(じゃがいも・人参・きゅうり・マヨネーズ・塩)

★ コーンスープ
(牛乳・クリームコーン缶・玉葱・白菜・人参・コンソメ)

★ バナナ

