

2016年12月予定献立表

緑丘保育園

曜日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食		
月	12 26	ドライカレー 大豆ひじき煮 白菜春雨スープ	精白米・胚芽米・豚肉・人参・玉葱・ピーマン・にんにく・生姜・油・ケチャップ・小麦粉・バター・カレー粉・塩 大豆・ひじき・人参・砂糖・醤油・いんげん 春雨・白菜・干し椎茸・青菜・醤油・塩・かつおだし		いちごジャムサンド 食パン・いちごジャム	しらすと油揚げごはんおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ・塩・醤油・みりん・ごま	魚の香味焼き・高野豆腐の煮物 魚・長葱・ごま・生姜・酒・醤油・油 高野豆腐・人参・干し椎茸・いんげん・砂糖・醤油・みりん・塩	
	13 27	魚のおろし煮 三色お浸し ごはん 里芋のごま味噌汁	魚・片栗粉・油・大根・醤油・みりん・かつおだし キャベツ・小松菜・人参・削り節・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米 里芋・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・ごま・味噌・煮干し	とろみつき	くだもの・牛乳 肉まんじゅう 小麦粉・強力粉・上白糖・ベーキングパウダー・塩・水 豚ひき肉・長葱・椎茸・醤油・塩・酒・キャベツ	麦茶 ジャムラスク	しらすと油揚げのごはん・味噌汁 魚のピザ風・コールスローサラダ 魚・塩・玉葱・パセリ・トマトケチャップ・チーズ・油 コーン缶・人参・キャベツ・きゅうり・油・酢・塩	
水	14 28	すきやき風煮 カリフラワーサラダ ごはん とろみ汁	豚肉・焼き豆腐・白滝・白菜・長葱・人参・椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・かつおだし カリフラワー・きゅうり・パイン缶・酢・油・塩 精白米・胚芽米 豚肉・もやし・長葱・青菜・醤油・片栗粉	ひき肉	くだもの・牛乳 スパゲティミートソース スパゲティ・豚肉・玉葱・人参・干し椎茸・トマト缶 トマトケチャップ・パセリ・油・塩・パルメザンチーズ	麦茶 わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	魚の梅焼き・小松菜と人参のお浸し 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・砂糖 小松菜・人参・かつおぶし・醤油・かつおだし	
	1 15	高野豆腐のオランダ煮 かぶとわかめの甘酢和え ごはん 粕汁	高野豆腐・片栗粉・油・人参・砂糖・醤油・味噌・かつおだし かぶ・かぶ菜・塩蔵わかめ・酢・砂糖・塩 精白米・胚芽米 生鮭・油揚げ・大根・人参・里芋・長葱・こんにゃく・青菜・酒粕・味噌	豆腐 酢なし 酒かすなし	1日)みそ蒸しパン・くだもの・牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー・味噌・砂糖・小豆・卵・牛乳・豆乳・強力粉 15日)焼き芋 くだもの・牛乳 さつま芋	麦茶 うぐいすパン うぐいすパン	魚のチーズ焼き・シーチキンサラダ 魚・チーズ ツナ缶・キャベツ・きゅうり・トマト・油・酢・塩	
金	2 16	2日)フィッシュオムレツ ブロッコリーのオーロラソース 玄米パン コーンクリームスープ	2日)白身魚・卵・玉葱・油・牛乳・塩 ブロッコリー・人参・マヨネーズ・トマトピューレ 玄米パン クリームコーン缶・パセリ・牛乳・塩・玉葱・豆乳 かつおだし	16日)バターロール 鶏肉・にんにく・生姜・醤油・酒・豚肉・玉葱・パン粉・ケチャップ ブロッコリー・塩 じゃが芋・玉葱・パセリ・バター・牛乳・塩・こしょう わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし		2日)焼きおにぎり 精白米・胚芽米・かつお節・ごま・醤油・みりん 16日)デコレーションケーキ デコレーションケーキ	麦茶 大学芋 さつま芋・油・砂糖・醤油・ごま	鶏南蛮うどん・大学芋 うどん・鶏肉・人参・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし
		16日)ツリーパン 鶏照り焼き/ハンバーグ ゆでブロッコリー ポテトのミルク煮 わかめスープ				麦茶	くだもの	
土	3 17	ほうとううどん ほうれん草ともやしのごま和え みかん	干しうどん・鶏肉・ごぼう・椎茸・長葱・南瓜・油揚げ・味噌・かつおだし もやし・人参・ほうれん草・ごま・砂糖・醤油 みかん		さつま芋あんぱん・チーズ さつま芋あんぱん・一口チーズ			
		5 19	魚の照り焼き 大根のごま酢和え ごはん 油揚げともやしの味噌汁	魚・醤油・酒・油 大根・人参・きゅうり・ごま・油・砂糖・酢・塩 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	とろみつき 酢なし	くだもの・牛乳 トライアングル 食パン・クリームチーズ・バター・砂糖・卵・小麦粉	麦茶 ダイスチーズパン ダイスチーズパン	味噌ハンバーグ・じゃがいもの金平風 豚ひき肉・玉葱・味噌・パン粉・卵・塩 じゃが芋・人参・油・醤油・酒・みりん・砂糖
火	6 20	とりきじ寿司 かぼちゃのいとこ煮 豆腐とわかめの味噌汁	精白米・胚芽米・酢・塩・鶏肉・みりん・醤油・人参・ごぼう・干し椎茸・いんげん・海苔・砂糖・醤油・塩 南瓜・小豆・砂糖・醤油・みりん・塩 豆腐・わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し	酢なし、ひき肉	6日)焼き芋 さつま芋 20日)コーンマフィン・果物・牛乳 小麦粉・全粒粉・コーン缶・ベーキングパウダー・マーガリン・砂糖・卵・塩・牛乳・豆乳	麦茶 おかかおにぎり 精白米・胚芽米・かつお節・醤油・ごま・のり	豆腐のかりんとう・きゅうりとキャベツの浅漬け 豆腐・片栗粉・油・みりん・黒砂糖・水・醤油 キャベツ・きゅうり・人参・塩	
		7 21	7日)幼児:もち、豚汁 乳児:もち、おにぎり、豚汁 ひよこ:おにぎり、豚汁 さつまいも煮 全クラス:みかん	21日)バターロール 豆腐のつくね焼き ブロッコリーと人参のお浸し かぶのベーコンのスープ	7日)もち米・黄な粉・大根・ごま・納豆・葱・砂糖・醤油・かつお節・片栗粉 豚肉・豆腐・油揚げ・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・葱・青菜・味噌・煮干し 干しうどん・豚肉・キャベツ・葱・人参・椎茸・油揚げ・塩・醤油 さつまいも・りんご・砂糖・塩 みかん		7日)きな粉揚げパン・果物・牛乳 きな粉揚げパン 21日)五目ごはん・果物・牛乳 五目ごはん(防災食)	麦茶 ラスク 食パン・バター・砂糖
木	8 22	ひじきごはん いかと里芋と大根煮 ブロッコリーのナムル 切干大根味噌汁	精白米・胚芽米・鶏肉・人参・干し椎茸・ひじき・油揚げ・大根・醤油・酒・塩・みりん いか・里芋・大根・いんげん・醤油・酒・みりん・砂糖 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ごま油 切干大根・いんげん・人参・わかめ・煮干し・味噌	ひき肉	さつまいものチーズ焼き さつまいも・バター・チーズ・パセリ・塩	麦茶 ゆかりごはん 精白米・胚芽米・ゆかり	肉じゃが・きゅうりの磯和え 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・いんげん・砂糖・酒・醤油・油 きゅうり・青のり・塩	
		9	さつま芋コロッケ ほうれん草のえのき和え ごはん 高野豆腐の味噌汁	さつまいも・豚肉・玉葱・パセリ・小麦粉・卵・塩・パン粉・油 ほうれん草・えのき・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米 高野豆腐・玉葱・わかめ・青菜・味噌・煮干し		麦茶 ツナコーンラスク 食パン・まぐろ缶・コーン缶・玉葱・マヨネーズ	麦茶 じゃがバター じゃが芋・バター・塩・青のり	カレーうどん・じゃがバター 干しうどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ・ピーマン・小麦粉・バター・カレー粉 塩・醤油
土	10 24	煮込みうどん こふき芋 みかんゼリー	干しうどん・豚肉・ごぼう・白菜・人参・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし ジャガイモ・塩・青のり 100%みかんジュース・アガー・砂糖		くだもの・牛乳 クリームチーズパン・小魚 クリームチーズパン・食べる小魚			
					くだもの・牛乳			

* エネルギー 532kcal たんぱく質 19.8g 脂質 15.2g * 0才のみ 9時30分おやつ(牛乳(豆乳)があります。 * 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。