

12月 献立表

西嶺保育園



★目標★

・冬の食材を感じよう！カレイ・大根・白菜・小松菜・冬キャベツ・人参・りんご

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
かに玉 卵、玉ねぎ、カニカマ 片栗粉	鶏のさっぱり煮 鶏肉、うずら水煮 生姜、にんにく	白身魚のアンGRES カレイ、小麦粉、片栗粉	ビーフシチュー 牛肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋	木の葉丼 卵、玉ねぎ、ねぎ、人参 椎茸、油揚げ、かまぼこ	
チャブチェ 豚ミンチ、玉ねぎ、人参 ピーマン、もやし、春雨	ほうれん草のじゃこ炒め じゃこ、ほうれん草、いりごま	マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参 玉ねぎ、ハム、卵、マヨネーズ コーンスープ	大根サラダ 大根、人参、きゅうり、ツナ コーン		
白菜スープ 白菜、人参、えのき	大根と揚げのみそ汁 大根、油揚げ	マカロニ、バター、小麦粉 クリームコーン、牛乳、パセリ	デコレーションケーキ	さつま芋のみそ汁 さつま芋	
揚げパン ロールパン、グラニュー糖	りんご りんご	牛乳寒天 牛乳、粉寒天、みかん缶 練乳	スポンジケーキ、生クリーム いちご、いちごジャム カラフルスプレー	市販菓子	
牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳		
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
麻婆丼 木綿豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ 人参、しめじ、ニラ にんにく、生姜	さばの塩焼き さば	からあげ 鶏肉、にんにく、生姜 小麦粉、片栗粉	八宝菜 豚肉、白菜、玉ねぎ、人参 もやし、しめじ、舞茸、生姜	豚の生姜焼き 豚肉、玉ねぎ、しめじ 人参、生姜	木の葉丼 卵、玉ねぎ、ねぎ、人参 椎茸、油揚げ、かまぼこ
	かぼちやの土佐煮 かぼちや、かつおぶし	小松菜ソテー 小松菜、人参、コーン ベーコン、バター	切干大根の中華和え 切干大根、人参、ほうれん草 ツナ、いりごま、すりごま	白菜と揚げの煮物 白菜、人参、油揚げ	
椎茸の中華スープ 干し椎茸、キャベツ、人参	麩の赤だし 玉ねぎ、わかめ、麩	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、セロリ	わかめスープ 玉ねぎ、人参、わかめ	あおさのみそ汁 あおさ、豆腐	さつま芋のみそ汁 さつま芋
市販菓子	カレービーフン ビーフン、玉ねぎ、人参 キャベツ、ウインナー	アロエヨーグルト ヨーグルト、アロエ	ゆかりご飯 米、玄米、ゆかり	ピザトースト 食パン、ピーマン、コーン ピザ用チーズ、ピザソース	市販菓子
牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
白身魚のアンGRES カレイ、小麦粉、片栗粉	鶏のさっぱり煮 鶏肉、うずら水煮 生姜、にんにく	ちくわの磯辺揚げ ちくわ、青のり、卵、小麦粉	ビーフシチュー 牛肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋	かに玉 卵、玉ねぎ、カニカマ 片栗粉	ミートスパゲッティ 合いびきミンチ、玉ねぎ 人参、小麦粉、パスタ
マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参 玉ねぎ、ハム、卵、マヨネーズ コーンスープ	ほうれん草のじゃこ炒め じゃこ、ほうれん草、いりごま	ひじき大豆 ひじき、大豆水煮、油揚げ 人参	大根サラダ 大根、人参、きゅうり、ツナ コーン	チャブチェ 豚ミンチ、玉ねぎ、人参 ピーマン、もやし、春雨	
コンソメスープ 玉ねぎ、バター、小麦粉 クリームコーン、牛乳、パセリ	大根と揚げのみそ汁 大根、油揚げ	豆腐の吉野汁 豆腐、ほうれん草、干し椎茸、生姜	牛乳寒天 牛乳、粉寒天、みかん缶 練乳	白菜スープ 白菜、人参、えのき	コンソメスープ 豚肉、キャベツ、しめじ、コーン
コーンスナック コーンフレーク、マシュマロ バター	揚げパン ロールパン、グラニュー糖	りんご りんご	りんごジュース	豚汁うどん うどん、豚肉、大根、玉ねぎ 人参、白菜、油揚げ、ちくわ こんにゃく、しめじ、舞茸	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
さばの塩焼き さば	スパイシーからあげ 鶏肉、にんにく、生姜 カレー粉、小麦粉、片栗粉	麻婆丼 木綿豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ 人参、しめじ、ニラ にんにく、生姜	豚の生姜焼き 豚肉、玉ねぎ、しめじ 人参、生姜	八宝菜 豚肉、白菜、玉ねぎ、人参 もやし、しめじ、舞茸、生姜	ミートスパゲッティ 合いびきミンチ、玉ねぎ 人参、小麦粉、パスタ
	かぼちやの土佐煮 かぼちや、かつおぶし	小松菜ソテー 小松菜、人参、コーン ベーコン、バター	白菜と揚げの煮物 白菜、人参、油揚げ	切干大根の中華和え 切干大根、人参、ほうれん草 ツナ、いりごま、すりごま	
麩の赤だし 玉ねぎ、わかめ、麩	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、セロリ	椎茸の中華スープ 干し椎茸、キャベツ、人参	あおさのみそ汁 あおさ、豆腐	わかめスープ 玉ねぎ、人参、わかめ	コンソメスープ 豚肉、キャベツ、しめじ、コーン
ピザトースト 食パン、ピーマン、コーン ピザ用チーズ、ピザソース	りんごケーキ りんご、バター、グラニュー糖	ゆかりご飯 米、玄米、ゆかり	アロエヨーグルト ヨーグルト、アロエ	ぜんざい(幼児) 白玉粉、上新粉、小豆缶	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳		芋ぜんざい(乳児) さつま芋、小豆缶	
牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	
28日(月)					
ちくわの磯辺揚げ ちくわ、青のり、卵、小麦粉					
ひじき大豆 ひじき、大豆水煮、油揚げ 人参					
豆腐の吉野汁 豆腐、ほうれん草、干し椎茸 生姜					
豚汁うどん うどん、豚肉、大根、玉ねぎ 人参、白菜、油揚げ、 こんにゃく、しめじ、舞茸					

☆ お誕生日会 ☆

今月は
4日(金)です

☆ お弁当の日 ☆

今月は
2日(水)です
幼児組はお弁当の用意を
お願いします

※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください