



# 12月

## 献立表

2022 西嶺保育園



1日 (木)		2日 (金)お誕生日会		3日 (土)	
ぶり大根 ぶり 大根 生姜		煮込みハンバーグ 合挽きミンチ 玉ねぎ 卵 牛乳 パン粉 人参 小麦粉 パスタ		ラーメン 鶏肉 もやし なんと 干し椎茸 ねぎ 中華麺	
小松菜のごま和え 小松菜 人参 もやし 削り節 すりごま		ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー		切干大根の中華和え 切干大根 人参 ほうれん草 ツナ いらごま すりごま	
にゅうめんのすまし汁 そうめん 人参 干し椎茸 ねぎ		コーンスープ 玉ねぎ バター 小麦粉			
きなこトースト きなこ 食パン バター		りんごケーキ りんご バター グラニュー糖 小麦粉 卵 ベーキングパウダー		市販菓子	
牛乳		牛乳			
5日 (月)焼き芋パーティー		6日 (火)お弁当の日		7日 (水)	
豆乳シチュー 鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 豆乳 チーズ		揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ		からあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉	
大根サラダ 大根 人参 きゅうり コーン ツナ		ほうれん草のじゃこ炒め ほうれん草 じゃこ 人参 いらごま		マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 卵 玉ねぎ ハム マヨネーズ	
焼き芋 さつま芋		えのきの赤だし えのき 玉ねぎ わかめ		コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン しめじ	
牛乳		お好み焼き キャベツ 卵 豚バラ 天かす 青のり マヨネーズ		チーズ蒸しパン チーズ 卵 小麦粉 牛乳	
12日 (月)		13日 (火)		14日 (水)	
カレー 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋		サワラの竜田揚げ サワラ 生姜 小麦粉 片栗粉		四川風豆腐 豆腐 豚肉 玉ねぎ 干し椎茸 チンゲン菜 生姜 片栗粉	
ひじきソテー ひじき 人参 枝豆 ベーコン		キャベツのツナ炒め キャベツ ツナ 人参		白菜の中華サラダ 白菜 人参 ハム コーン	
いちごミルク寒天 牛乳 いちごジャム		けんちん汁 大根 ごぼう 人参 豆腐 ねぎ		卵スープ 卵 玉ねぎ 人参 片栗粉	
19日 (月)		20日 (火)クリスマス会		21日 (水)冬至	
揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ		スパイシーからあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉 カレー粉		豚の生姜焼き 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 生姜	
ほうれん草のじゃこ炒め ほうれん草 じゃこ 人参 いらごま		マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 卵 玉ねぎ ハム マヨネーズ		かぼちゃのいとこ煮 かぼちゃ 小豆	
えのきの赤だし えのき 玉ねぎ わかめ		コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン しめじ		白菜の味噌汁 白菜 油揚げ	
チーズ蒸しパン チーズ 卵 小麦粉 牛乳		デコレーションケーキ スポンジケーキ 生クリーム いちご いちごジャム カラフルチョコ		プルーンヨーグルトと小魚 プルーンヨーグルト 小魚	
牛乳		牛乳		牛乳	
26日 (月)		27日 (火)		28日 (水)	
四川風豆腐 豆腐 豚肉 玉ねぎ 干し椎茸 チンゲン菜 生姜 片栗粉		カレー 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋		サワラの竜田揚げ サワラ 生姜 小麦粉 片栗粉	
白菜の中華サラダ 白菜 人参 ハム コーン		ひじきソテー ひじき 人参 枝豆 ベーコン		キャベツのツナ炒め キャベツ ツナ 人参	
卵スープ 卵 玉ねぎ 人参 片栗粉		いちごミルク寒天 牛乳 いちごジャム		けんちん汁 大根 ごぼう 人参 豆腐 ねぎ	
鶏めし 鶏肉 人参 ごぼう 干し椎茸 生姜		りんご りんご		りんご りんご	
牛乳		牛乳		牛乳	

☆ お誕生日会 ☆  
今月は  
**2日 (金)** です

☆ お弁当の日 ☆  
**6日 (火)** です



※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