



12月



こんだてひょう



曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	14 28	牛乳 チーズ	鶏肉のトマト煮 大根サラダ ほうれん草のスープ 果物	鶏もも肉・ホールトマト・玉葱・スパゲティ・油・にんにく・砂糖・ワイン・ケチャップ・パセリ 大根・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩、こしょう ほうれん草・玉葱・人参・醤油・鶏がら / みかん	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンド用パン・ジャム)
火	1 15	プレーンヨーグルト	魚のムニエルタルタルソースかけ 添)ブロッコリー・トマト 南瓜ともやしの味噌汁	魚の切り身・塩・小麦粉・油・卵・玉葱・人参・パセリ・マヨネーズ・レモン汁 ブロッコリー・トマト 南瓜・もやし・油揚げ・人参・乾燥若布・にら・味噌・煮干	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
水	2 16	牛乳 コーンフレーク	マーボー豆腐 カブの酢の物 すまし汁	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・グリーンピース・生姜・にんにく・味噌 かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 / 砂糖・塩・醤油・ごま油・片栗粉 人参・ちくわ・乾燥若布・卵・三つ葉・醤油・煮干	ごはん	お茶 コーンおむすび (米・ホールコーン)
木	3 17	牛乳 ビスケット	チキンカツ 添え野菜 わかめのみそ汁	鶏肉・塩、こしょう・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 きゃべつ・人参 大根・油揚げ・人参・乾燥若布・葱・味噌・煮干	ごはん	ココア牛乳 (牛乳・ココア・砂糖) チーズ・りんご
金	4 18	牛乳 ウエハース	魚の西京焼き 添え野菜 春雨の酢の物 お麩のすまし汁	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 / レタス・ミニトマト 春雨・胡瓜・人参・卵・油・ごま・砂糖・酢・醤油 お麩・えのき茸・かまぼこ・三つ葉・醤油・煮干・だし昆布	ごはん	牛乳 ふかし芋
土	5 19	牛乳 クッキー	カレーうどん おかかサラダ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールウ 胡瓜・人参・鰹節・醤油・マヨネーズ		牛乳 ミニクロワッサン
月	7 21	牛乳 卵ボーロ	ポトフ スクランブルエッグ ブロッコリー・果物	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・グリーンピース・塩、醤油・鶏がら 卵・しらす干し・ピーマン・トマト・砂糖・油・ケチャップ ブロッコリー・りんご	ごはん (白玉粉・豆腐・砂糖・醤油・みりん・片栗粉)	牛乳 みたらし団子
火	8 22	飲むヨーグルト	魚の煮付け ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・生姜・砂糖・みりん・醤油 豆腐・ほうれん草・胡瓜・人参・ごま・みそ・みりん 人参・しめじ・えのき茸・乾燥わかめ・葱・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 ロールカステラ
水	9	牛乳 チーズ	白菜と肉団子のスープ さつま芋サラダ ウィンナー	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸・春雨・醤油・酒・塩・鶏がら さつま芋・じゃが芋・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩、こしょう ウィンナー	ごはん	お茶 ぜんざい (小豆・砂糖・塩・あられ)
木	10	牛乳 バナナ	魚のチーズフライ キャベツの浅漬け・人参の甘煮 青菜のみそ汁	白身魚・塩・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・酢・醤油・みりん / 人参・砂糖・醤油・だし汁 青菜・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
金	11 25	牛乳 せんべい	カブのクリームシチュー 胡瓜とりんごのサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・塩、こしょう・鶏がら 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・酢・砂糖・塩、こしょう パイン缶	ロールパン (野菜ジュース・卵・小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー)	牛乳 野菜蒸しケーキ
土	12 26	りんごジュース	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え 果物	中華麺・豚肉・いか・かまぼこ・卵・キャベツ・人参・玉葱・干し椎茸 ピーマン・塩昆布 / もやし・葱・ごま油・醤油・鶏がら みかん		牛乳 ステックパン
誕生会	24 木	牛乳 バナナ	三色ライス・果物 ウィンナー・野菜サラダ から揚げ・ポテト・すまし汁	米・魚肉ソーセージ・人参・パセリ・ホールコーン・塩・コンソメ・バター / みかん ウィンナー / 胡瓜・人参・卵・マヨネーズ 鶏肉・から揚げ粉・小麦粉・油・フライドポテト・油 / えのき茸・豆腐・人参・葱・醤油・煮干	お米	牛乳 ミニバームクーヘン

* 行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。

