





12月



こんだてひょう



12月清武中央保育園

| 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、P 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 |
| 火 | 1 15 | 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・ミニトマト 南瓜ともやしの味噌汁 | 魚の切り身・塩、P・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・ミニトマト 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・味噌・砂糖・塩 かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 / 醤油・ごま油・片栗粉・炒め油 人参・ちくわ・乾燥若布・卵・三つ葉・醤油・煮干し | 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 きのこのスープ | 鶏肉・塩、P・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 豆腐・しめじ・えのき茸・乾燥わかめ・葱・醤油・煮干し | ごはん | ココア牛乳 チーズ バナナ |
| 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 | ごはん | 牛乳 ふかし芋 |
| 土 | 19 | 牛乳 お菓子 | 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・鯉節・醤油・マヨネーズ |  | お茶 スティックパン |
| 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 | 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・グリーンピース・塩、P・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 | ごはん | 牛乳 みたらし団子 (白玉粉・豆腐・砂糖・醤油) |
| 火 | 8 22 | ヨーグルト | 魚の煮付け ほうれん草の白和え わかめのみそ汁 | 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 大根・油揚げ・人参・乾燥若布・葱・味噌・煮干し | 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・煮干 さつま芋・じゃが芋・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P 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、P・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・煮干し | 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 | 大根のクリームシチュー 胡瓜とりんごのサラダ 果物 | 鶏肉・大根・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・オリーブオイル・牛乳・小麦粉 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・酢・砂糖・塩、P パイン缶 | ごはん | 牛乳・野菜蒸しケーキ (野菜ジュース・卵・小麦粉・砂糖) |
| 土 | 12 26 | 牛乳 お菓子 | ちゃんぽん ピーマンの昆布和え 果物 | 中華麺・豚肉・えび・かまぼこ・うずらの卵・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 |  | お茶 ミニパン |
| 誕生会 | 24 | 牛乳 ウエハース | ベーコンライス・果物 ウィンナー・マカロニサラダ から揚げ・すまし汁 | 米・ベーコン・ミックスベジタブル・玉ねぎ・塩・コンソメ・バター・ケチャップ / みかん ウィンナー / マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ 鶏肉・から揚げ粉・小麦粉・油 / えのき茸・豆腐・葱・醤油・煮干 | ごはん | 牛乳 サンタパン |

* 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。

