



# 12がつ こんだてひょう



平成29年12月

ななほしキッズ

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	11 25	牛乳 卵ボーロ	とろーりチーズのポークケチャップ 大根サラダ ほうれん草のスープ 果物	豚肉・玉葱・酒・片栗粉・油・ケチャップ・醤油・砂糖・とろけるチーズ(パセリ) 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう ほうれん草・玉葱・人参・醤油・鶏がら・塩こしょう / みかん	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・ジャム)
火	12 26	飲むヨーグルト	魚のムニエルタルタルソースかけ 添え野菜 もやしの味噌汁	魚の切り身・塩こしょう・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 もやし・厚揚げ・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	13 27	牛乳 コーンフレーク	マーボー豆腐 カブの酢の物 かきたま汁	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 / ニンニク・醤油・ごま油・片栗粉 卵・人参・ちくわ・乾燥若布・三つ葉・醤油・煮干	ごはん	お茶 若布おむすび
木	14 28	牛乳 ビスケット	チキンカツ 和え物 もずくのみそ汁	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 ほうれん草・えのき茸(醤油・みりん・酒・砂糖・酢) もずく・しめじ茸・人参・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳ココア チーズ りんご
金	1 15	牛乳 りんご	魚の西京焼き 添え野菜 春雨の酢の物 若布の味噌汁	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 / レタス 春雨・胡瓜・人参・卵・油・ごま・砂糖・酢・醤油 わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ふかし芋
土	2 16	牛乳 ビスコ	カレーうどん おかかサラダ みかん	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 みかん		牛乳 クロワッサン
月	4 18	牛乳 チーズ	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 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・酢・砂糖・塩こしょう / 塩こしょう・酒・鶏がら パイン缶	パン	牛乳・野菜蒸しケーキ ほうれん草(野菜ジュース)・卵・小麦 粉・ベーキングパウダー・砂糖
火	5 19	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・砂糖・みそ・みりん かまぼこ・しめじ茸・えのき茸・乾燥若布・葱・醤油・煮干	ごはん	牛乳 カステラ
水	6 20	牛乳 せんべい	ポトフ スクランブルエッグ 果物	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・ブロッコリー・塩こしょう・醤油・鶏がら 卵・ツナ缶・グリーンピース・トマト・砂糖・油・ケチャップ みかん	ごはん	牛乳・みたらし団子 (白玉粉・豆腐・砂糖 醤油・みりん・(片栗粉))
木	7 21	牛乳 バナナ	魚の変わりフライ・添え野菜 二色野菜の香味漬け 青菜のみそ汁	白身魚・塩こしょう・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 / トマト・ブロッコリー 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	8	牛乳 チーズ	白菜と肉団子のスープ カボチャサラダ 果物	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸 カボチャ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・煮干 りんご	ごはん	お茶 ぜんざい (小豆・砂糖・塩・あられ)
土	9	牛乳 塩せんべい	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え 果物	中華麺・豚肉・イカ(うずらの卵)・キャベツ・人参・玉葱・干し椎茸・もやし ピーマン・塩昆布 / 葱・ごま油・醤油・塩こしょう・鶏がら みかん		牛乳 ミニパン
誕生会	22	牛乳 せんべい	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・玉葱・コンソメ・バター・ケチャップ・塩 / りんご ウィンナー / マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ 手羽元・から揚げ粉・小麦粉・油 / えのき茸・豆腐・葱・醤油・煮干		牛乳 クリスマスパン