





# 12月



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	1 15	牛乳 チーズ	鶏肉の外マト煮 さつま芋サラダ 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 さつま芋・じゃが芋・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	2 16	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	3 17	牛乳 コーンフレーク	白菜と肉団子のスープ 大根サラダ 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 大根・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P ウィンナー	ごはん	お茶 コーンライス (米・ホールコーン)
木	4 18	牛乳 ビスケット	チキンカツ 添え野菜(キャベツ, 人参) きのこスープ	鶏肉・塩・P・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 胡瓜・人参・生姜・砂糖・醤油・塩 豆腐・しめじ・茸・えのき茸・乾燥若布・葱・醤油・煮干	ごはん	ココア牛乳 チーズ りんご
金	5 19	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	20	牛乳	カレーうどん おおかササラダ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールー 胡瓜・人参・鯉節・醤油・マヨネーズ		お茶 スティックパン
月	8 22	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・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・りんご	ごはん	牛乳 みたらし団子 (白玉粉・豆腐・砂糖・醤油)
火	9	ヨーグルト	魚の煮付け ほうれん草の白和え 大根の味噌汁	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 カステラ
水	10 24	牛乳 チーズ	麻婆豆腐 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 ぜんざい (小豆・砂糖・塩・あられ)
木	11	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 コーンスープ	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 クリームコーン・ホールコーン・玉葱・人参・卵・パセリ・塩・P・鶏がら	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
金	12 26	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・シチューの素 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 (ほうれん草・野菜ジュース・卵・小麦粉・砂糖)
土	13 27	牛乳	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 もやし・葱・ごま油・醤油・鶏がら・うずらの卵 ピーマン・塩昆布 / みかん		お茶 ミニパン
誕生会	誕生会 25	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 手羽元・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。

