



# 12がつ こんだてひょう



令和4年 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	12 26	牛乳 チーズ	魚の漬け焼き 小松菜ともやしの胡麻和え きのこのスープ	魚の切り身・ショウガ・砂糖・みりん・醤油 小松菜・もやし・人参・ごま・砂糖・醤油 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 みかん せんべい
火	13 27	飲むヨーグルト お菓子	ハヤシライス 胡瓜とちくわの酢の物 果物	牛ミンチ・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・ニンニク・グリーンピース・ホールトマト・ハヤシライスの素 胡瓜・乾わかめ・ちくわ・ゴマ・酢・砂糖・醤油 リンゴ	ごはん	牛乳 オレンジゼリー・クッキー (寒天パン・ムーンライト)
水	14 28	牛乳 コーンフレーク	チキンカツ 野菜のゆかり和え 豆腐の味噌汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 人参・キャベツ・胡瓜・ゆかり粉・マヨネーズ 豆腐・油揚げ・切り干し大根・ねぎ・味噌	ごはん	牛乳・野菜ケーキ (野菜ジュース・卵・砂糖・バター 小麦粉・ベーキングパウダー)
木	1 15	牛乳 ビスケット	焼き魚 添)ブロッコリー・南瓜の煮物 卵のスープ	甘塩鮭 ブロッコリー / 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 卵・椎茸・人参・チンゲン菜・醤油・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 チーズ かりんとう
金	2 16	牛乳 クラッカー	ポトフ ほうれん草のマヨネーズ和え ウインナー	鶏肉・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・ブロッコリー・塩P・鶏ガラ ほうれん草・大根・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢・醤油 ウインナー	ロールパン	お茶 ゴマじゃこおにぎり (しらす干し・ゆかり・ゴマ)
土	3 17	牛乳 せんべい	肉うどん 二色野菜の香味漬け	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・椎茸・ねぎ・みりん・かつお節・昆布 白菜・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩		お茶 クリームパン
月	5 19	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 もずくのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・酒・片栗粉・ケチャップ・醤油・砂糖・溶けるチーズ・パセリ・ニンニク 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう もずく・豆腐・えのき・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・ジャムサンド (サンドイッチ食パン・いちごジャム)
火	6 20	牛乳 チーズ	魚のかわりフライ ほうれん草の海苔和え 大根の味噌汁	白身魚・塩・コショウ・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 ほうれん草・人参・ホールコーン・もみのり・醤油 大根・人参・ねぎ・厚揚げ・わかめ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
水	7 21	牛乳 ビスコ	魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 カボチャのみそ汁	白身魚・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・醤油・ピーマン・赤ピーマン 大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・椎茸・いんげん・砂糖・醤油・酒 カボチャ・しめじ・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リンゴ 羽衣あられ
木	8 22	牛乳 ココナツサブレ	カブのクリームシチュー キャベツとコーンのサラダ 果物	鶏肉・かぶ・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・塩・鶏ガラ キャベツ・ホールコーン・人参・胡瓜・油・酢・砂糖・醤油a みかん缶	ロールパン	牛乳 焼き芋 <b>(8日は、ねりくり)</b>
金	9	飲むヨーグルト ビスケット	白菜と肉団子のスープ おからサラダ 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・春雨 おから・ツナ・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ / 醤油・酒・鶏ガラ みかん	ごはん	お茶・お好み焼き 小麦粉・キャベツ・人参・卵・山芋 豚肉・ソースケチャップ・鰹節・青のり
土	10 24	牛乳 お菓子	シーフードナポリタン えのきスープ	スパゲッティ・むきエビ・いか・玉ねぎ・人参・ピーマン・ベーコン・油・塩コショウ・ 乾わかめ・えのき・玉ねぎ・ねぎ・醤油・鶏ガラ / ケチャップ・粉チーズ・バター		お茶 メロンパン
誕生会	23	牛乳 卵ボーロ	ベーコンライス・ブロッコリー 鶏のから揚げ・ハンバーグ ポテトサラダ・オレンジ	ベーコン・ミックスピーマン・玉ねぎ・バター・コンソメ・ケチャップ・塩コショウ / ブロッコリー 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / 冷凍ハンバーグ (鶏豚ひき肉) 胡瓜・人参・ツナ・じゃが芋・マヨネーズ / オレンジ		オレンジジュース クリスマスプリン (プリン・苺・ホイップ・マシュマロ)



\*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

