



12がつ こんだてひょう



令和4年 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	12 26	牛乳 クラッカー	ポトフ ほうれん草のマヨネーズ和え りんご	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・醤油・鶏がら ほうれん草・大根・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢 りんご	ごはん	牛乳 オレンジゼリー（アガー・砂糖 みかん缶・オレンジジュース）
火	13 27	牛乳 卵ボーロ	魚の煮付け 小松菜ともやしのごま和え きのこのスープ	魚の切り身・しょうが・砂糖・みりん・醤油 小松菜・もやし・人参・ごま・砂糖・しょうゆ エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・煮干	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
水	14 28	牛乳 コーンフレーク	チキンカツ きゅうりのゆかり和え 豆腐のみそ汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・塩コショウ 添え）キャベツ・カラーピーマン・マヨネーズ/きゅうり・人参・ゆかり粉 豆腐・油揚げ・切り干し大根・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 ドーナツ
木	1 15	牛乳 ビスケット	魚のムニエル かぼちゃの煮物 卵スープ	魚の切り身・酒・小麦粉・バター/添え）ブロッコリー かぼちゃ・砂糖・しょうゆ・だし汁 卵・生しいたけ・人参・チンゲン菜・しょうゆ・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
金	2 16	牛乳 丸ボーロ	牛ひき肉と豆のケチャップ煮 きゅうりとハムのサラダ りんご	トマト水煮缶・大豆・じゃがいも・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・ニンニク・ ケチャップ・コンソメ・ソース・スキムミルク・塩・油・パセリ・粉チーズ きゅうり・人参・キャベツ・ハム・酢・砂糖・しょうゆ・ホールコーン/リンゴ	ごはん	牛乳 マカロニあべかわ （マカロニ・きな粉・砂糖）
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・鶏肉・砂糖・しょうゆ・酒・人参・生しいたけ・ ねぎ・みりん・かつお節・昆布・ゆで卵 白菜・人参・ごま油・しょうが・砂糖・酢・しょうが・しょうゆ		牛乳 バームクーヘン
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 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・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 フルーツゼリー
火	6 20	牛乳 コーンフレーク	魚のかわりフライ ほうれん草のノリ和え 大根のみそ汁	白身魚・塩こしょう・小麦粉・卵・パン粉・油 ほうれん草・人参・もやし・ホールコーン・もみ海苔・しょうゆ 大根・人参・ねぎ・厚揚げ・乾わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
水	7 21	牛乳 丸ボーロ	カブのクリームシチュー きゃべつとコーンのサラダ ウインナー・オレンジ	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・ キャベツ・ホールコーン・人参・きゅうり・油・酢・しょうゆ・砂糖 / 塩コショウ ウインナー/ オレンジ	パン	牛乳 チーズ かりんとう
木	8 22	牛乳 ビスケット	魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 かぼちゃのみそ汁	白身魚・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・生椎茸・砂糖・醤油・酒 かぼちゃ・しめじ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
誕生会 (金)	9	牛乳 ビスコ	白菜と肉団子のスープ おからサラダ パイン缶	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・チンゲン菜・人参・ 干し椎茸・春雨 醤油・酒・塩・煮干し おから・ツナ缶・きゅうり・卵・油・マヨネーズ・塩/パイン缶	ごはん	牛乳 カップヨーグルト
土	10 24	牛乳 せんべい	シーフードナポリタンスパゲッティ えのきのスープ	スパゲッティ・ベーコン・むきえび・いか・玉ねぎ・人参・ピーマン・ 油・バター・ケチャップ・粉チーズ・しめじ 乾わかめ・えのきだけ・豆腐・小松菜・しょうゆ・塩・煮干し		牛乳 丸ボーロ
クリスマス会	23	牛乳 クラッカー	わかめごはん・唐揚げ・ マカロニグラタン・ブロッコリー・トマト 野菜スープ・りんご	わかめごはんの素・ごはん / 鶏肉・塩コショウ・しょうが・片栗粉・油/ブロッコリー・トマト / マカロニ・玉ねぎ・ベーコン・しめじ・とろけるチーズ・バター・小麦粉・牛 乳・コンソメ/ 人参・玉ねぎ・えのきだけ・しょうゆ・鶏ガラ / リンゴ		牛乳 クリスマスプリン



*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。

