



12がつ こんだてひょう



令和2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	14・28	牛乳 クラッカー	チキンカレー 小松菜のマヨネーズ和え 果物	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・塩P・カレールー 小松菜・キャベツ・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢 みかん缶	ごはん	牛乳 バームクーヘン
火	1・15	ヨーグルト	魚のかわりフライ 二色野菜の香味漬け 白菜の味噌汁	白身魚・塩・コショウ・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 白菜・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	牛乳 バナナ クッキー
水	2・16	牛乳 コーンフレーク	牛ひき肉と豆のチリソース風煮 胡瓜とリンゴのサラダ 卵スープ	トマトの水煮・ゆで大豆・じゃが芋・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・にんにく・ケチャップ・鶏がら 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・砂糖・酢・醤油 /ウスターソース・スキムミルク・塩P・パセリ・粉チーズ 卵・人参・(乾)わかめ・ねぎ・醤油・鶏がら	パン	牛乳 オレンジゼリー (寒天パパ・ミカン缶)
木	3・17	牛乳 ビスケット	魚の煮付け/添え野菜 ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・ショウガ・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・豆腐・胡瓜・人参・ごま・砂糖・みりん・味噌 かまぼこ・しめじ茸・えのき茸・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 ロールケーキ
金	18	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・春雨 カボチャ・胡瓜・人参・ちくわ・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・煮干 リンゴ	ごはん	牛乳 くろん棒 せんべい
土	5・19	牛乳 ビスコ	カレーうどん おからサラダ 果物	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールー 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ パン缶		お茶 スティックパン
月	7・21	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・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・野菜ケーキ (野菜ジュース・卵・砂糖・バター・ ホットケーキミックス)
火	8・22	牛乳 バナナ	魚のムニエルタルソースかけ 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・玉ねぎ・パセリ・マヨネーズ・レモン汁・ケチャップ・砂糖 レタス・胡瓜・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 チーズ せんべい
水	9・23	牛乳 せんべい	カブのクリームシチュー おからサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・バター・シチューの素 おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ みかん	パン	お茶 おむすび (米・ゆかり・ゴマ)
木	10・24	牛乳 ヨーグルト	チキンカツ 添え野菜 かぼちゃの味噌汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 カラーピーマン・キャベツ・胡瓜・マヨネーズ わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶・ぜんざい (あずき・砂糖・塩・あられ) 24日はメロンパン
金	11	牛乳 ビスケット	魚の西京焼き・添え野菜 大豆とひじきの炒り煮 ほうれん草のスープ	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 /レタス ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・干し椎茸・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・塩P・鶏がら	ごはん	牛乳 ふかし芋
土	12・26	牛乳 ビスケット	ちゃんぽん 胡瓜の昆布和え 果物	中華麺・豚肉・イカ・キャベツ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし・葱・生姜 きゅうり・塩昆布 /ごま油・醤油・塩P・鶏がら(牛乳) みかん		お茶 ミニクリームパン
誕生会	25	牛乳 お菓子	ベーコンライス・果物 マカロニサラダ・ウインナー から揚げ・豆腐のスープ	ベーコン・ミックスピーマン・玉葱・コンソメ・バター・ケチャップ・塩P / オレンジ マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ / ウインナー 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 /えのき茸・豆腐・葱・醤油・鶏がら		牛乳 クリスマスケーキ