



# 12がつ こんだてひょう



令和3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	6 20	牛乳 クラッカー	ポトフ 小松菜のマヨネーズ和え 果物	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 小松菜・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢・醤油 みかん	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	7 21	牛乳 バナナ	魚のカレームニエル 添)レタス・南瓜の煮物 わかめの味噌汁	白身魚・塩・コショウ・白ワイン・小麦粉・カレー粉・バター・油 レタス/ 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 乾わかめ・厚揚げ・人参・大根・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 オレンジゼリー (寒天パパ・ミカン缶)
水	8 22	牛乳 卵ボーロ	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	パン	お茶 カップヨーグルト ハッピーターン
木	9 23	牛乳 ビスケット	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・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 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 バームクーヘン
金	10	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	お茶・ぜんざい (あずき・砂糖・塩) せんべい
土	11 25	牛乳 せんべい	カレーうどん おかかサラダ	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		お茶 ステイックパン
月	13 27	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・えのき茸・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	14 28	牛乳 チーズ	魚のかわりフライ 二色野菜の香味漬け 青菜の味噌汁	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 青菜・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	ココアミルク (牛乳・ココア) バナナ
水	1 15	牛乳 バナナ	魚の西京焼き・添え野菜 大豆とひじきの炒り煮 キャベツの味噌汁	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 / ブロッコリー 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 厚揚げ・キャベツ・玉ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ふかし芋
木	2 16	牛乳 コーンフレーク	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 オレンジ	パン	お茶 コーンおむすび (米・コーン・ツナ)
金	3 17	飲むヨーグルト ビスケット	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・鶏ガラ パイン缶	ごはん	お茶・お好み焼き (小麦粉・キャベツ・人参・卵・山芋 豚肉・お好みソース・餃節・青のり)
土	4 18	牛乳 お菓子	シーフードナポリタン えのきスープ 果物	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 バナナ		お茶 ミニクリームパン
誕生会	24	牛乳 お菓子	ベーコンライス・ブロッコリー 鶏のから揚げ・ハンバーグ マカロニサラダ・オレンジジュース	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・卵・マカロニ・マヨネーズ / オレンジジュース		牛乳 クリスマスケーキ



\*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。

