



12月 保育園給食献立表



平成25年度

日曜	幼児	3未加算食	主要材料()内は乳児のみ			3時のおやつ
			血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子をよくするもの	
2月	鶏ささみのゴマみそ焼き 切干大根サラダ 麩とワカメのすまし汁	ごはん	鶏ささ身 みそ ロースハム	砂糖 ゴマ マヨ ネーズ しょう油 麩	切干大根 人参 きゅう り 玉ねぎ ワカメ 小 松菜	牛乳 かし
3火	スパニッシュオムレツ ポイルブロッコリー しらすとしそ昆布のふりかけ	ごはん 果物	卵 鶏ミンチ しらす 干し かつお節	じゃが芋 油 コ ンソメ 砂糖 酢 しそ昆布 ゴマ 白玉粉 小麦粉 しょう油	玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ ビュレ ブ ロccoli	牛乳 甘辛団子
4水	カレイの煮付け ほうれん草の白和え 冬野菜のすまし汁	ごはん	豚 みそ 豆腐	砂糖 しょう油 ゴマ	ほうれん草 人参 白糸 こんにやく 大根 しめ じ しいたけ 玉ねぎ 小松菜	牛乳 かし
5木	豚汁 カリフラワーの甘酢和え 納豆	ごはん	豚肉 油揚げ みそ 納豆 かつお節	さつまいろ 砂糖 酢 中華麺 お好 みソース	玉ねぎ 人参 大根 ご ぼう 角こんにやく ネ ギ カリフラワー キャ ベツ もやし 青のり	牛乳 焼きそば
6金	ハヤシシチュー フレンチサラダ 福神漬	ごはん 果物	豚肉 ロースハム	油 コンソメ デ ミグラスソース 酢 砂糖 福神漬	玉ねぎ しめじ エリン ギ トマト缶 ビュレ ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり	牛乳 かし
7土	3上生活発表会 3未：中華丼 果物		魚肉ソーセージ 豚 肉 エビ	おむすび ブチゼ リー 米 ゴマ油 コンソメ しょう 油 片栗粉	みかん 白菜 人参 タ ケノコ 玉ねぎ キクラ ゲ ニラ	牛乳 かし
9月	サケの塩焼き 千草和え にゅうめん	ゆかりごはん	鮭	砂糖 しょう油 ゴマ そうめん さつまいろ	小松菜 切干大根 人参 しめじ 白糸こんにやく ネギ	牛乳 蒸し芋
10火	レバー入りハンバーグ 人参グラッセ かぶのみそ汁	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 鶏レバー みそ	パン粉 中濃ソー ス 砂糖 コンソ メ	生姜 ニンニク 玉ねぎ ケチャップ 人参 かぶ しめじ 小松菜 みかん	牛乳 みかん かし
11水	サワラのパーベキュー風 かぼちゃサラダ ミルクチャウダー	ごはん	鯖 ロースハム ツ ナ 牛乳	小麦粉 片栗粉 油 砂糖 しょう 油 マヨネーズ じゃが芋 コンソ メ ベーキングパ ウダー ココア	かぼちゃ ひじき きゅ うり 玉ねぎ 人参 と うもろこし パセリ	牛乳 ココア蒸しパン
12木	豚肉の香味焼き ほうれん草のゴマ和え 煮豆	ごはん	豚肉	しょう油 砂糖 ゴマ 金時豆	生姜 ほうれん草 人参	牛乳 かし
13金	お誕生日会☆☆ チキンライス サケフライ ポテトサラダ コンソメスープ ブチゼリー	ごはん	鶏肉 鮭 ツナ	米 コンソメ 小 麦粉 パン粉 油 じゃが芋 マヨ ネーズ ブチゼ リー 原宿ドック	玉ねぎ 人参 とうもろ こし ビーマンケ チャップ きゅうり 白 菜 かぶ しめじ パセ リ	牛乳 原宿ドック
14土	きつねうどん 果物		油揚げ	うどん 砂糖 しょう 油	人参 ワカメ ねぎ	牛乳 かし
16月	サバのゴマみそ煮(3未:サワラ) 小松菜のおかか和え すまし汁	ごはん	鯖(3未:鯖) みそ かつお節 豆腐	ゴマ 砂糖 しょう 油 白玉粉 小麦粉 さらし船	小松菜 もやし 人参 玉ねぎ しめじ ネギ	牛乳 おしるこ
17火	白菜のクリームシチュー ハムエッグ ポイルブロッコリー 鉄強化ふりかけ	ごはん	鶏肉 牛乳 卵 ロースハム	マーガリン 油 小麦粉 コンソメ クリームルー 鉄 強化ふりかけ	白菜 玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ とうも ろこし チンゲン菜 キャベツ ブロccoli	牛乳 かし
18水	クリスマス会 鶏肉の唐揚げ ばんさんすう パンプキンスープ パイン缶	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵 牛乳	片栗粉 小麦粉 油 砂糖 酢 ゴ マ油 デンプン春 雨 ゴマ じゃが 芋 コンソメ パ イン缶 クリスマ スケーキ	生姜 ニンニク 人参 きゅうり もやし キウ ラゲ かぼちゃ 玉ねぎ パセリ	牛乳 クリスマスケーキ
19木	筑前煮 いんげんのゴマ和え ししやものみりん干し	高菜ごはん	鶏肉 卵抜きくわ ししやものみりん干 し	油 砂糖 しょう 油 ゴマ	れんこん ごぼう 人参 しいたけ こんにやく 大根 いんげん	牛乳 かし
20金	餅つき サケのおろし煮 ほうれん草のお浸し 冬野菜のみそ汁	ごはん	鮭 かつお節 みそ	砂糖 しょう油 スイートポテト	大根 ほうれん草 もやし 人参 白菜 しいた け ネギ	牛乳 スイートポテト
21土	クリームスープスパゲティ 果物		エビ ベーコン 牛 乳	パスタ 油 コン ソメ クリーム ルー	玉ねぎ 人参 しめじ とうもろこし パセリ	牛乳 かし
24火	鶏肉の香味焼き ひじきの炒り煮 すまし汁	じゃこごはん	鶏肉 みそ 卵抜き くわ 油揚げ	砂糖 しょう油 麩	生姜 ニンニク 玉ねぎ ひじき 人参 いんげん しめじ エノキ ネギ	牛乳 かし
25水	中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋	ごはん	豚肉 イカ エビ 鶏レバー 豚ミンチ 粉かつお かつお節	デンプン春雨 油 コンソメ しょう 油 片栗粉 ゴマ 油 砂糖 みりん じゃが芋 小麦粉 山芋 お好みソー ス	白菜 玉ねぎ 人参 も やし しいたけ キウ ラゲ しいたけ ニラ チ ンゲン菜 生姜 青のり キャベツ ネギ	牛乳 お好み焼き
26木	ドライカレーゆで卵添え グリーンサラダ 福神漬	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 卵 しらす干し	油 コンソメ カ レー粉 カレール ー ゴマ油 福神 漬	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 しいたけ チス トトマト缶 ビュレ ケチャップ キャベツ ビーマン ブロccoli	牛乳 かし
27金	ブリの南蛮漬(3未:サワラ) 大豆と野菜の五目煮 味付けのり 柿	ごはん	鯖(鯖) 大豆 チ ーズ	片栗粉 小麦粉 油 砂糖 酢 しょう油 味付け のり	生姜 白菜 玉ねぎ 人 参 大根 れんこん こんにやく いんげん	牛乳 チーズ かし
28土	お弁当デー (保育納め)					