



# 12月献立表



甲ノ原保育園

曜日	日付	未満児 おやつ	給食	おやつ	主材料
月	15	グレープ ジュース	ごはん ぶりの照り焼き 鶏肉と白菜の煮物 もやしとわかめのみそ汁・オレンジ	メープルラスク  牛乳	精白米・胚芽米・ぶり・鶏肉・白菜 人参・ブロッコリー・もやし・わかめ パン・マーガリン・メープルシロップ
火	16	野菜 ジュース	ごはん れんこん入りつくね 茹でキャベツのじゃこ和え 水菜のスープ・バナナ	チーズとコーンの スコーン  牛乳	精白米・胚芽米・鶏肉・ねぎ・ひじき・れんこん 片栗粉・キャベツ・人参・しらす・ごま油 かつお節・水菜・玉ねぎ ホットケーキMIX・バター・練乳・コーン・チーズ
水	17	グレープ ジュース	納豆そぼろ丼 きんぴら けんちん汁 りんご	お好み焼き  豆乳	精白米・胚芽米・鶏肉・しょうが・納豆 れんこん・ごぼう・人参・ごま油・ベーコン・青のり 大根・こんにゃく・里芋・豆腐・ねぎ・マヨドレ 小麦粉・ベーキングパウダー・キャベツ・コーン
木	18	牛乳	ごはん 肉豆腐 ほうれん草ときのこののりマヨ和え さつま汁・みかん	かぼちゃの ブラウニー  グレープジュース	精白米・胚芽米・豆腐・豚肉・人参・大根 しらたき・ほうれん草・ベーコン・コーン・白菜 えのきたけ・マヨドレ・のり・ごま油・さつま芋・玉ねぎ ホットケーキMIX・かぼちゃ・バター・ココア・牛乳
金	5	野菜 ジュース	☆★お誕生日会★雪だるまランチ☆★		精白米・胚芽米・ごま油・油揚げ・のり 人参・鶏肉・しょうが・片栗粉・きゅうり・わかめ ツナ・白菜
	19		照り焼きチキンサンド 温冬野菜 根菜のミネストローネ ヨーグルト	クッパ  麦茶	ショートロール・鶏肉・じゃが芋・ブロッコリー 人参・いんげん・マカロニ・ベーコン・白菜・玉ねぎ 大根・れんこん・ホールトマト・ケチャップ 精白米・胚芽米・豚肉・しいたけ
土	20	グレープ ジュース	ちゃんぽん カレーポテトサラダ ヨーグルト	ツナと塩昆布の おにぎり 麦茶	中華麺・豚肉・キャベツ・もやし・ねぎ・人参・コーン 竹輪・にんにく・じゃが芋・きゅうり・ベーコン・カレー粉 マヨドレ・豆乳・精白米・胚芽米・ツナ・塩昆布・ごま油
月	22	野菜 ジュース	ごはん たらの柚子みそ焼き 鶏肉と大根の煮物 キャベツとお麩のすまし汁・みかん	ちんすこう  牛乳	精白米・胚芽米・たら・ゆず・鶏肉 大根・人参・水菜・キャベツ・お麩 小麦粉・ラード
火	23	グレープ ジュース	鶏肉とブロッコリーのコーンクリームパスタ れんこんとひじきのサラダ 小松菜のスープ りんご	シュガー マーガリンサンド  豆乳	スパゲティ・鶏肉・コーン・クリームコーン・人参 玉ねぎ・ブロッコリー・米粉・バター・牛乳 レタス・れんこん・ひじき・マヨドレ・小松菜 食パン・マーガリン
水	10	牛乳	チキンライス キャベツのマカロニサラダ ごぼうのコンソメスープ バナナ	ツナコーンピザ  野菜ジュース	精白米・胚芽米・鶏肉・玉ねぎ・人参 コーン・ケチャップ・マカロニ・キャベツ・かにかま マヨドレ・牛乳・ごぼう・豆腐・ベーコン・パセリ ぎょうざの皮・ツナ・コーン・チーズ
	24		🎄クリスマス会🎄		精白米・胚芽米・かつお節・のり・人参・ウインナー マカロニ・キャベツ・かにかま・マヨドレ・牛乳・鶏肉・しょうが カレー粉・片栗粉・じゃが芋・パン・生クリーム・いちご
木	25	野菜 ジュース	いちごジャムサンド 小エビのサラダ 白菜のウインナーのシチュー ヨーグルト	あんかけ焼きそば  牛乳	ショートロール・いちごジャム・レタス・きゅうり 人参・えび・わかめ・ケチャップ・マヨドレ・ベーコン ウインナー・白菜・玉ねぎ・じゃが芋・コーン・豚肉 米粉・バター・中華麺・しいたけ・ピーマン・片栗粉
金	26	グレープ ジュース	ごはん かじきの磯辺揚げ 筑前煮 ねぎとなめこのみそ汁・オレンジ	キャロット カップケーキ  牛乳	精白米・胚芽米・かじき・片栗粉・青のり 鶏肉・人参・こんにゃく・ごぼう・れんこん しいたけ・ごま油・ねぎ・なめこ ホットケーキMIX・メープルシロップ・バター
土	27	野菜 ジュース	塩うどん カレーポテトサラダ ヨーグルト	ひじきごはん  麦茶	うどん・鶏肉・ねぎ・人参・しいたけ・竹輪・豆乳 じゃが芋・ベーコン・きゅうり・コーン・マヨドレ・カレー粉 精白米・胚芽米・ひじき・油揚げ・いんげん・ごま油

## 厨房から お知らせ

エネルギー 592kcal ・たんぱく質 21.6g ・脂質 21.4g

今月は、5日がお誕生日会の為別献立 になります。19日がお弁当箱ランチになります。

24日はクリスマス会の為、別献立になります。

材料の仕入れ都合により献立を変更する場合があります。

1ヶ月2サイクルの献立にし、初回の喫食状況をみて次回の調理法を検討し、工夫しています。

