



# 12月献立表



令和元年11月25日

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	2 16	りんご ジュース	鮭とまいたけのスパゲティー ほうれん草のりマヨ和え 豆腐とわかめのスープ バナナ	おいなりさん  麦茶	スパゲティ・鮭・コーン・人参・玉ねぎ まいたけ・ほうれん草・ベーコン・マヨドレ・のり・ごま油 豆腐・わかめ・油揚げ・精白米・胚芽米
火	3	野菜 ジュース	大豆入りドライカレー ひじきとチーズのサラダ ブロッコリーのスープ りんご	蒸しパン  麦茶	精白米・胚芽米・豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・カレー粉 ひじき・きゅうり・レタス・チーズ・ブロッコリー ベーコン・コーン・ホットケーキMIX・牛乳 にんにく・しょうが
	17		 <b>お誕生日会</b>  <b>雪だるまランチ</b>		
水	4 18	オレンジ ジュース	鶏ごぼうご飯 おでん風煮 ねぎとなめこのみそ汁 みかん	ツナカレードースト  牛乳	精白米・胚芽米・鶏肉・ごぼう・人参・こんぶ ちくわ・こんにやく・大根・厚揚げ・いんげん・ねぎ・なめこ パン・ツナ・コーン・マヨドレ・カレー粉・豆乳・パセリ
木	5 19	牛乳	シュガーマーガリンパン キャベツのマカロニサラダ さつまいものクリームシチュー ヨーグルト	焼きそば  りんごジュース	パン・マーガリン・マカロニ・キャベツ・人参 コーン・ツナ・ベーコン・マヨドレ・豆乳 鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・パセリ・牛乳・中華麺 豚肉・ピーマン
金	6 20	オレンジ ジュース	ごはん・りんご たらの野菜あんかけ 筑前煮 白菜と水菜のすまし汁	ココア ちんすこう  豆乳	精白米・胚芽米・たら・小麦粉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜 しめじ・片栗粉・ごぼう・れんこん・里芋 鶏肉・こんにやく・白菜・水菜 小麦粉・ラード・ココア
土	7 21	りんご ジュース	肉うどん 里芋とツナのサラダ ヨーグルト	ごましお おにぎり 豆乳	うどん・豚肉・ねぎ・玉ねぎ・人参・えのき・しいたけ 油揚げ・里芋・ツナ・ちくわ・きゅうり・青のり マヨドレ・精白米・胚芽米・ごま
月	9 23	野菜 ジュース	ごはん ぶりの照り焼き 炒り豆腐 ほうれん草のみそ汁・りんご	チョコクリームパン  豆乳	精白米・胚芽米・ぶり・ねぎ・ごま・しょうが 豆腐・豚肉・ひじき・人参・しいたけ・いんげん ほうれん草・もやし・パン・チョコクリーム・生クリーム
火	10 24	オレンジ ジュース	ごはん・みかん 肉豆腐 ブロッコリーとかにかまの酢の物 大根と油揚げのみそ汁	アップルチーズ クッキー  牛乳	精白米・胚芽米・豆腐・豚肉・白菜・人参・しらたき えのき・ねぎ・ブロッコリー・かにかま・きゅうり わかめ・大根・油揚げ・ホットケーキMIX マーガリン・練乳・りんご・クリームチーズ
水	11	りんご ジュース	ごはん 松風焼き じゃがいもと厚揚げの煮物 かぶとわかめのすまし汁・バナナ	みたらし団子  牛乳	精白米・胚芽米・鶏肉・ねぎ・パン粉・豆乳 しょうが・ごま・片栗粉・じゃが芋・白菜・もやし・人参 厚揚げ・かぶ・わかめ・かぶの葉・白玉粉
	25	牛乳	 <b>クリスマス会食会</b> 		
木	12 26	野菜 ジュース	黒糖パン エビグラタン 水菜と大根のサラダ 大豆のトマトのスープ・ヨーグルト	鶏汁ビーフン  豆乳	黒糖パン・マカロニ・エビ・玉ねぎ・人参 しめじ・グリーンピース・マーガリン・米粉・牛乳 チーズ・パセリ・レタス・水菜・大根・きゅうり ベーコン・大豆・トマト・ビーフン・鶏肉・片栗粉
金	13 27	牛乳	納豆そばろ丼 いろいろきんぴら 白菜と油揚げのみそ汁 みかん	チョコドーナツ  野菜ジュース	精白米・胚芽米・鶏肉・しょうが・ほうれん草 納豆・れんこん・ごぼう・人参・いんげん・ごま油・ごま 白菜・玉ねぎ・油揚げ・ホットケーキMIX 牛乳・ココア
土	14 28	オレンジ ジュース	しょうゆラーメン さつまいものサラダ ヨーグルト	ラスク  豆乳	中華麺・豚肉・しめじ・もやし 人参・白菜・しょうが・さつまいも きゅうり・コーン・マヨドレ・パン・マーガリン

給食室  
から

・エネルギー 598kcal    ・たんぱく質 22.5g    ・脂質 21.2g

今月は、17日がお誕生日会、25日がクリスマス会の為別献立になります。

12日がお弁当箱ランチになります。

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、初回の喫食状況を見て、次回の調理法を検討し、工夫しています。

