

2018年12月予定献立表

緑丘保育園

曜日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食	
月	3 ドライカレー 大豆ひじき煮 白菜と春雨のスープ	精白米・胚芽米・牛ひき・豚ひき・玉葱・人参・ピーマン・にんにく・生姜・油・ケチャップ・小麦粉・バター・カレー粉・塩 大豆・切り干し大根・ひじき・油揚げ・れんこん・人参・油・砂糖・醤油・酒・みりん 白菜・春雨・干し椎茸・青菜・醤油・塩・かつおだし		トライアングル 食パン・クリームチーズ・バター・砂糖・卵・小麦粉 牛乳・くだもの	ツナおにぎり 精白米・胚芽米・ツナ缶・生姜・万能ねぎ 人参・ごま・醤油 麦茶	肉みそ豆腐・青菜とじゃこの香味和え 木綿豆腐・牛ひき肉・玉葱・人参・椎茸・油・味噌・砂糖・片栗粉・青菜・小麦粉 小松菜・しらす・長葱・ごま ツナおにぎり・味噌汁	
火	4 ひじきごはん 4日幼児もち イカと里芋大根煮 ブロッコリーナムル 麩とほうれん草のすまし汁	精白米・胚芽米・ひじき・鶏肉・人参・干し椎茸・油揚げ・青菜・醤油・酒・塩・みりん 4日)幼児⇒もち米、きな粉、砂糖、塩、しょうゆ、海苔 イカ・里芋・大根・いんげん・醤油・酒・みりん・砂糖 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ごま油 焼き麩・ほうれん草・長葱・塩・醤油・かつおだし		4日焼き芋 さつまいも 18日はちみつマフィン小麦粉・ベーキングパウダー バター・卵・砂糖・牛乳・はちみつ 牛乳・くだもの	ブルーベリーラスク 食パン・ブルーベリージャム 麦茶	魚の衣焼き・かぼちゃとひじきの煮物 魚・砂糖・醤油・酒・生姜・小麦粉・油 かぼちゃ・ひじき・醤油・みりん・砂糖 ごはん・味噌汁	
水	5 豆腐のつくね焼き 白菜サラダ バターロール	豆腐・鶏ひき・玉葱・パン粉・塩・油・味噌・みりん・酒 白菜・りんご・干しぶどう・油・酢・砂糖・塩 バターロール 5日ブロッコリー野菜スープ 19日かぶとベーコンスープ 5日ブロッコリー・人参・玉葱・塩・かつおだし 19日ベーコン・玉葱・かぶ・かぶ葉・醤油・塩・かつおだし	食パンつき	かんぴょうごはん 精白米・胚芽米・人参・かんぴょう・油揚げ・砂糖・醤油 海苔・ごま 牛乳・くだもの	かぼちゃのコーンカッパ かぼちゃ・砂糖・レーズン・コーンカッパ 牛乳 麦茶	きのこうどん・かぼちゃの茶巾 干しうどん・長葱・油揚げ・しめじ・えのき・なめこ・人参・醤油・塩・みりん くだもの	
木	6 高野豆腐のオランダ煮 かぶとわかめの甘酢 ごはん かず汁	高野豆腐・片栗粉・油・にんじん・砂糖・醤油・味噌・かつおだし かぶ・かぶ葉・塩蔵わかめ・酢・砂糖・塩 精白米・胚芽米 6日)幼児⇒もち米、きな粉、砂糖、塩、しょうゆ、海苔 生鮭・油揚げ・大根・人参・里芋・長葱・こんにゃく・酒粕・味噌	焼き豆腐 酒かすなし	6日はちみつマフィン小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー・砂糖・牛乳・はちみつ・牛乳 20日焼き芋 さつまいも 牛乳・くだもの	クリームチーズパン クリームチーズパン 麦茶	ミートローフ・人参のマリネ 牛ひき肉・豚ひき肉・玉葱・パン粉・牛乳・塩・クリスピー・ごま・人参・豆乳 人参・油・酢・塩・パセリ・砂糖・醤油 クリームチーズパン・スープ	
金	7 7日) 酢豚 ほうれん草の海苔和え ごはん 南瓜豆乳味噌汁	21日)チキンライス 鶏照り焼き/ハンバーグ ゆでブロッコリー ポテトのミルク煮 わかめスープ 7日 玉葱・人参・ピーマン・干し椎茸・たけのこ・パイ ン缶・酢・砂糖・ケチャップ・醤油・片栗粉・かつおだ し・豚肉・油・酒・醤油 ほうれん草・海苔・醤油・かつ おだし 精白米・胚芽米 南瓜・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・豆乳・味噌・煮干し	7日)肉団子・酢なし 卵 21日) 精白米・胚芽米・鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・油・塩・ケチャップ 鶏肉・にんにく・生姜・醤油・酒/豚肉・玉葱・パン粉・ケチャップ ブロッコリー・塩 じゃが芋・玉葱・パセリ・バター・牛乳・塩・こしょう わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし	7日)肉団子・酢なし 卵 21日) ハンバーグ	7日)スパゲティミートソーススパゲティ・豚ひき・塩 牛ひき・玉葱・人参・干し椎茸・トマト缶・パセリ・粉チーズ 21日) ケーキ・みかん・牛乳 スポンジケーキ・生クリーム・いちご	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 魚・梅びしお・味噌・みりん・酒・砂糖 大根・大根の葉・人参・油・砂糖・みりん・醤油 麦茶	魚の梅焼き・大根の金平 魚・梅びしお・味噌・みりん・酒・砂糖 大根・大根の葉・人参・油・砂糖・みりん・醤油 わかめごはん・味噌汁
土	8 ほうとうどん 青菜とキャベツのごま和え みかん	干しうどん・鶏ひき・椎茸・かぼちゃ・長葱・ごぼう・油揚げ・味噌 キャベツ・ほうれんそう・ごま・砂糖・醤油 みかん		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・ 砂糖・マーガリン 一口チーズ 牛乳・くだもの			
月	10 とりきじ寿司 かぼちゃのいとこ煮 沢煮椀	精白米・胚芽米・砂糖・酢・塩・鶏肉・醤油・みりん・にんじん・ごぼう・干し椎茸・いんげん・海苔・砂糖・醤油・塩 かぼちゃ・小豆・砂糖・醤油・みりん・塩 豚肉・片栗粉・にんじん・大根・長葱・いんげん・酒・醤油・塩・かつおだし	鶏ひき・酢なし	汁ビーフン 乳)うどん(幼)ビーフン・豚ひき肉・白菜・椎茸・人参・ニラ うずらの卵・醤油・ごま油・かつおだし 牛乳・くだもの	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	魚の海苔味噌焼き・いんげんのごま和え 魚・味噌・アレルギー用マヨネーズ・青のり いんげん・人参・すりごま・砂糖・醤油 ゆかりごはん・味噌汁	
火	11 揚げ魚のおろし煮 三色野菜のお浸し ごはん 里芋のごま味噌汁	魚・片栗粉・油・大根・醤油・みりん・かつおだし キャベツ・小松菜・にんじん・削り節・かつおだし 精白米・胚芽米 里芋・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・ごま・味噌・煮干し		ポテトピザ じゃがいも・塩・小麦粉・ケチャップ・コーン・まぐろ缶 ピーマン・チーズ 牛乳・くだもの	バターラスク 食パン/ソフトフランスパン・マーガリン 麦茶	ポークオニオンソテー・きゅうりのしらす和え 豚肉・油・玉葱・マッシュルーム缶・みりん・醤油 きゅうり・しらす・醤油・酢 ごはん・味噌汁	
水	12 すきやき風煮 カリフラワーパインサラダ ごはん とろみ汁	牛肉・焼き豆腐・白滝・白菜・長葱・人参・椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん カリフラワー・きゅうり・パイン缶・酢・油・塩 精白米・胚芽米 豚ひき・もやし・長葱・青菜・醤油・片栗粉・塩		レーズンクッキー 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・レーズン・バター・牛乳・塩 牛乳・くだもの	栗ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・もち米・栗・鮭・塩・ごま 麦茶	魚の照り焼き・大根と里芋のそぼろ煮 魚・醤油・酒・みりん・油 大根・里芋・人参・豚ひき肉・砂糖・醤油・酒・片栗粉・みりん 栗ごはん・味噌汁	
木	13 フィッシュオムレツ ブロッコリーとにんじんのオーロラソース ひじきパン コーンクリームスープ	魚・玉葱・油・卵・牛乳・塩 ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・トマトピューレ ひじきパン クリームコーン缶・パセリ・牛乳・塩・玉葱・豆乳・かつおだし		焼きおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・ごま・醤油・みりん 牛乳・くだもの	大学芋 さつまいも・醤油・砂糖・油・ごま 麦茶	きつねうどん・大学芋 干しうどん・鶏肉・油揚げ・人参・椎茸・キャベツ・青菜・醤油・酒・塩・長葱 くだもの	
金	14 里芋ごはん 魚の塩焼き 大根のごま酢 豆腐とわかめの味噌汁	精白米・胚芽米・里芋・人参・醤油・みりん・塩 魚・塩 大根・人参・きゅうり・ごま・油・砂糖・酢・塩 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し	とろみつき 野菜ゆで・酢なし	肉まんじゅう(0,1歳 おじや) 薄力粉・強力粉・砂糖・ベーキングパウダー・塩・水・豚ひき・ 長葱・椎茸・醤油・塩・酒・キャベツ 牛乳・くだもの	ソフトフランスパンジャム ソフトフランスパン・いちごジャム 麦茶	豆腐のプロバンス風・ポテトフライ 木綿豆腐・小麦粉・豚肉・玉葱・人参・トマト缶・ピーマン・にんにく・生姜・油 小麦粉・バター・砂糖・塩 じゃがいも・油・塩・青のり パン・スープ	
土	15 煮込みうどん じゃがいもバター煮 ゼリー	干しうどん・豚ひき・牛蒡・人参・白菜・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし じゃがいも・バター・醤油 100%ジュース・水・砂糖・アガー		ダイスチーズパン・小魚 ダイスチーズ入りソフトフランスパン 食べる小魚(0歳児クラスはチーズ) 牛乳・くだもの			

* エネルギー 565kcal たんぱく質 22.2g 脂質 16.4g *0才のみ 9時30分おやつ(牛乳(豆乳)があります。)*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になることもあります。