

12月

献立表

あすなろ保育園

日	曜	おやつ	献立	材料	おやつ
1	月	果物	カレーライス ツナサラダ 麦茶 果物	米 じゃがいも 人参 玉葱 豚肉 レタス ブロッコリー ツナ缶	おでん 麦茶 果物
2	火	ヨーグルト 麦茶	鮭塩焼き 大豆と野菜の煮付け 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鮭 大根 大豆 人参 さつまあげ 昆布 牛蒡 れんこん	ふかし芋 ほうじ茶 果物
3	水	せんべい 麦茶	野菜うどん 竹輪天ぷら さつま芋天ぷら 塩もみ	乾麺 鶏肉 しいたけ しめじ 大根 人参 白菜 牛蒡 竹輪 さつま芋	フランスパン 牛乳 果物
4	木	小魚 ほうじ茶	ポークピカタ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 豚肉 卵 マカロニ レタス 人参 玉ねぎ	ヨーグルト ビスケット 果物
5	金	せんべい 麦茶	若布御飯 鶏の立田揚げ さつま芋金平風 浅漬け 味噌汁 果物	米 若布 鶏肉 さつま芋 人参 キャベツ 大根	豚汁 果物
8	月	ビスケット 麦茶	麻婆豆腐 春雨サラダ 中華スープ 果物	米 雑穀 豚挽肉 豆腐 椎茸 人参 ニラ 玉ねぎ ねぎ 春雨 レタス	マカロニきな粉 ほうじ茶 果物
9	火	果物	カレーうどん 焼きししゃも 塩もみ 果物	乾麺 鶏肉 玉葱 人参 ねぎ しいたけ ししゃも 大根	おにぎり 麦茶 果物
10	水	せんべい 麦茶	中華丼 たくあん 酢の物 味噌汁 果物	米 白菜 シーフード 玉ねぎ 人参 しいたけ もやし 筍 豚肉 わかめ レタス 麩	焼きそば 牛乳 果物
11	木	果物	豆腐ハンバーグ チーズサラダ 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 椎茸 レタス チーズ ブロッコリー	ビスケット 牛乳 果物
12	金	ヨーグルト	さんまのかば焼き風 ポテトサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 さんま じゃが芋 レタス 人参 ブロッコリー カリフラワー	田楽 ほうじ茶 果物
15	月	ふかし芋 麦茶	筑前煮 ほうれん草しらす和え 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏肉 人参 里芋 しいたけ 牛蒡 れんこん こんにゃく ほうれん草 しらす	せんべい ほうじ茶 果物
16	火	パン 牛乳	はんぺんチーズフライ 干キャベツ りんご入りサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 はんぺん チーズ キャベツ レタス りんご 人参	ヨーグルト せんべい 果物
17	水	せんべい 麦茶	スパゲティミートソース 温野菜 玉子スープ 果物	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 しいたけ じゃが芋 ブロッコリー	食パン 牛乳 果物
18	木	小魚 ほうじ茶	鯖カレー焼き 切り昆布炒め煮 味噌汁 果物	米 雑穀 鯖 昆布 大豆 人参 椎茸 さつま揚げ	芋茶巾 麦茶 果物
19	金	せんべい 麦茶	ささみの揚げ煮 もやしの彩和え 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏ささみ もやし 人参 ブロッコリー レタス 大根	すいとん汁 果物
22	月	ビスケット 麦茶	袋煮 ブロッコリーのサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 油あげ 卵 ブロッコリー 人参 レタス レーズン	干し芋 麦茶 果物
24	水	果物	クリスマス行事食 トナカイライス ローストチキン きのコサラダ 野菜スープ 果物	米 鶏肉 ブロッコリー プチトマト ポークビッツ レーズン しめじ えのき じゃが芋 レタス	手作りパン 牛乳 果物
25	木	ふかし芋 麦茶	鱈のみぞれかけ きんぴら 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鱈 大根 牛蒡 人参 こんにゃく さつま揚げ	ホットケーキ 牛乳 果物
26	金	パン 牛乳	年越しそば 小女子かき揚げ れんこん天ぷら 昆布あえ 果物	乾麺 大根 人参 牛蒡 ねぎ 白菜 小女子 れんこん	おにぎり 麦茶 果物

食材の入荷により献立が変更になることがあります
今年もあと1ヶ月。風邪をひかずに元気にすごしましょう。