



2016年 12月予定献立表

緑の家保育園

曜日	日にち	10時	おひる	おやつ	ざいりょう
月	5	1才児 2才児 クラス	ごはん 大根と油揚げのみそ汁 ブリの照り焼き ごまあえ	全クラス しらすと海苔のスパゲッティ 果物	米 スパゲッティ 鮎 しらす 油揚げ 人参 小松菜 キャベツ 大根 ほうれん草 生姜 大蒜 海苔 胡麻
火	6	牛	食パン ポトフ風スープ マカロニグラタン コールスロー	牛 とろろ昆布のおにぎり 果物	食パン マカロニ 米 鶏むね 鶏もも ウィナー 玉葱 人参 ブロッコリー キャベツ コーン 蕪 蕪の葉 パセリ とろろ昆布 チーズ 胡麻
水	7		冬至うどん 鮭の幽庵焼き 切干大根のサラダ	*クリスマスケーキ(7日) 黒糖きな粉クリームサンド(21日) 果物	干餛飩 食パン 鮭 鶏むね 油揚げ 南瓜 人参 長葱 大根 牛蒡 胡瓜 ほうれん草 切干大根 柚子 干椎茸 生クリーム
木	8	乳	わかめごはん れんこんのすり流し汁 鶏と大根の旨煮 白菜のごま酢あえ	乳 *ファラフェル (大豆のコロッケ) 果物	米 鶏もも 大豆 おから 豆腐 大根 人参 白菜 胡瓜 蓮根 ほうれん草 長葱 パセリ 大蒜 干椎茸 若芽 海苔 胡麻
木	22 クリスマス 誕生会	100cc	クリスマスピラフ ホワイトミネストローネ グリルチキン フライドポテト添え ツリーサラダ フルーツゼリー	100cc クリスマスケーキ	米 小麦粉 鶏もも べーコン 鶏ひき 玉葱 人参 隠元 ブロッコリー ミトマト コーン 白菜 長葱 大蒜 蕪 カリフラワー ジャが芋 いちご 桃・みかん缶
金	9		カレーライス 冬野菜のシャキシャキサラダ 白菜とベーコンのスープ	りんごとさつま芋のコンポート 果物	米 豚もも 大豆 べーコン 人参 玉葱 生姜 大蒜 キャベツ 大根 蓮根 小松菜 白菜 ほうれん草 さつま芋 ジャが芋 りんご プルーン 胡麻
土	10 もちつき会		おもち(0~2歳はきな粉おにぎり) 豚汁 果物	ごまチーズラスク 果物	もち米 米 食パン 豚もも 豆腐 油揚げ 大根 人参 長葱 里芋 牛蒡 ほうれん草 きな粉 海苔 チーズ 胡麻
土	24		ごはん 果物 鶏のはちみつ焼き きのこ野菜のソテー	ごまチーズラスク 果物	米 食パン 鶏もも 油揚げ 玉葱 人参 キャベツ 小松菜 長葱 里芋 エリンギ 若芽 きな粉 チーズ 胡麻
月	12		ごはん なめこと豆腐のみそ汁 鰯の変わり焼き	アップルパイ風 果物	米 食パン 鰯 豆腐 小松菜 人参 長葱 生姜 ほうれん草 なめこ りんご レモンレーズン とろろ昆布 胡麻
火	13		食パン チャウダー ミートローフ ポパイ風サラダ	ねぎみそ焼き 果物	食パン 米 豚ひき 鶏ひき べーコン 豆腐 大豆 玉葱 人参 隠元 コーン ほうれん草 キャベツ 長葱 ジャが芋 チーズ
水	14		ごはん 沢煮碗 白身魚のみそ香味焼き 五目豆	カルシウム焼き 果物	米 小麦粉 白身魚 豚もも 大豆 豆腐 しらす 筍 桜海老 キャベツ ほうれん草 大根 人参 牛蒡 蓮根 生姜 干椎茸 蒟蒻 昆布 青海苔 チーズ 胡麻
木	1		マーボー丼 中華風大根サラダ 春雨スープ	スイートポテト 果物	米 スパゲッティ 豚もも 桜海老 豆腐 長葱 生姜 大蒜 蕪 大根 胡瓜 人参 筍 コーン 干椎茸 さつま芋 春雨 レーズン 生クリーム 胡麻
金	2		トマトスパゲッティ キャベツとツナのカレー煮 冬野菜と押し麦のスープ	芋もち 果物	スパゲッティ 麦 牛もも 豚もも 鶏ひき ツナ べーコン 玉葱 人参 ピーマン キャベツ ほうれん草 大根 蓮根 牛蒡 里芋 ジャが芋 マッシュルーム チーズ 海苔
金	16 クッキング		ごはん お麩と青菜のみそ汁 鶏のトマトソース 野菜とツナのカレー炒め	芋もち 果物	米 鶏むね ツナ キャベツ 玉葱 人参 もやし 大蒜 ピーマン パセリ ほうれん草 ジャが芋 若芽 海苔 麩 トマトピューレ
土	3		ごはん わかめと豆腐のみそ汁 白身魚の南蛮漬け 煮浸し 果物	黒ごまきな粉かりんとう 果物	米 食パン 白身魚 しらす 豆腐 玉葱 人参 生姜 キャベツ 小松菜 若芽 黒砂糖 きな粉 胡麻
	17				

