

献立予定表 12月上旬

今月の目標: 食材に興味を持って、食べましょう。

2019年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
2月	ごはん コーン煮	長いも豚肉炒め レタスツナサラダ ミニトマト めかぶ納豆、味噌汁	マヨネーズ 長いも 糸こんにゃく	豚肩ロース、ツナ ひきわり納豆	玉ねぎ、人参 レタス、めかぶ きゅうり、ミニトマト	麦茶 ビスケット	麦茶 プチ肉まん
3火	ごはん いんげん 煮物	いとこ煮 シルバーサラダ ミートボール 黄桃缶、麦茶	春雨 マヨネーズ	豚肉、焼き豆腐 卵、ミートボール 魚肉ソーセージ	人参、白菜、玉ねぎ レタス、きゅうり 黄桃缶	麦茶 クッキー	牛乳 かりんとう
4水	ごはん チンゲン菜 ごま和え	鮭のちゃんちゃん焼き パンプキンサラダ うずら卵煮物 りんご、すまし汁	マヨネーズ	鮭、ベーコン うずら卵水煮	人参、玉ねぎ きゃべつ かぼちゃ りんご	麦茶 クラッカー	麦茶 ビスケット
5木	ごはん 豆腐煮物	ポークカレー マカロニサラダ ウインナー オレンジ、麦茶	マカロニ、じゃが芋 マヨネーズ	豚肩ロース 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ウインナー	玉葱、人参、コーン レタス、きゅうり グリーンピース オレンジ	麦茶 せんべい	牛乳 クッキー
6金	おにぎり 	豚汁 れんこんサラダ チキンナゲット チーズ、バナナ	マヨネーズ	豚バラ肉、ごま チキンナゲット 焼き豆腐、チーズ	白菜、人参、玉ねぎ しめじ、長ねぎ れんこん、きゅうり バナナ	麦茶 ウエハース	プリン 揚げ菓子
7土	ごはん はんぺん 煮物	肉団子 わかめの酢の物 生揚げ煮物 みかん缶、味噌汁	油	豚ひき肉 生揚げ	わかめ、もやし きゅうり みかん缶	麦茶 ビスケット	麦茶 せんべい
8日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
9月	ごはん 醤油昆布	春雨の中華炒め チンゲン菜サラダ 肉シューマイ 洋梨缶、すまし汁	春雨、ごま油 マヨネーズ	豚肩ロース 肉シューマイ ごま	人参、玉ねぎ、にら チンゲン菜 きゃべつ、コーン缶 洋梨缶	麦茶 クッキー	牛乳 フルーツクリーム サンドイッチ
10火	ごはん 小松菜 のり和え	クリームシチュー ところんサラダ ミニフランク りんご、麦茶	じゃが芋	鶏肉、ミニフランク 魚肉ソーセージ 脱脂粉乳	人参、玉葱、ところん レタス、きゅうり グリーンピース コーン缶、りんご	麦茶 クラッカー	麦茶 揚げ菓子
11水	ごはん チーズ	鶏の唐揚げ ブロッコリーサラダ さつまいも甘露煮 パン缶・スープ	さつまいも 砂糖、マヨネーズ 油 片栗粉	鶏肉、バター 魚肉ソーセージ	ブロッコリー、コーン缶 人参 パン缶	麦茶 ウエハース	りんご ジュース ビスケット
12木	ごはん 生揚げ煮物	肉じゃが 小松菜納豆和え かまぼこ バナナ、味噌汁	じゃが芋 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし 挽きわり納豆 かまぼこ	人参、玉葱 グリーンピース 小松菜、キャベツ バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 たこ焼き
13金	ごはん 粉ふき芋	タラの香味焼き 人参と卵の味噌炒め もやしのごま和え みかん、味噌汁	油、小麦粉	タラ、卵 すりごま	人参、ピーマン もやし、きゅうり みかん	麦茶 ビスケット	麦茶 クッキー
14土	ごはん コーン煮	ミートローフ キャベツツナニサラダ 枝豆、黄桃缶 味噌汁	油、マヨネーズ	豚ひき肉 カニふぶき	玉葱、人参 グリーンピース きゅうり、キャベツ 枝豆、黄桃缶	麦茶 クッキー	ゼリー せんべい
15日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
16月	ごはん ほうれん草 のり和え	チキンカレー フレンチサラダ 鶏つくね バナナ、麦茶	じゃが芋 フレンチドレッシング	鶏ひき肉、脱脂粉乳 鶏つくね	玉ねぎ、人参 レタス、きゅうり グリーンピース バナナ	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう
17火	ごはん 枝豆	ひじき卵焼き ツナと小松菜のスパサラダ ポークビッツ、りんご 味噌汁、ふりかけ	スパゲティ 油	卵、ツナ ポークビッツ	ひじき、人参、いんげん 小松菜 りんご	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット

献立予定表 12月下旬

今月の目標:食材に興味を持って、食べましょう。

2019年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
18 水	ごはん さつま芋煮	麻婆豆腐 チキンナゲット ほうれん草ナムル パン缶、麦茶	ごま油	豚ひき、ごま 絹ごし豆腐 チキンナゲット	ほうれん草、もやし 人参、ピーマン しいたけ、長ねぎ パン缶	麦茶 せんべい	牛乳 シフォン ケーキ
19 木	ごはん かまぼこ	ハンバーグ 切干し大根煮物 きゅうりサラダ みかん、スープ	マヨネーズ 油	豚ひき肉 油揚げ	切干し大根、人参 レタス、きゅうり しいたけ、みかん	麦茶 ビスケット	りんご ジュース 揚げ菓子
20 金	ごはん チーズ	ソーセージパン粉焼き 温野菜ごまドレサラダ かぼちゃ甘煮 ミニトマト、スープ	油、砂糖 パン粉、小麦粉 ごまドレッシング	魚肉ソーセージ 卵	かぼちゃ キャベツ、人参 ブロッコリー ミニトマト	麦茶 クッキー	ヨーグルト せんべい
21 土	ごはん 醤油昆布	豚肉の生姜焼き 小松菜サラダ 粉ふき芋 黄桃缶、スープ	油、マヨネーズ じゃが芋	豚肩ロース 魚肉ソーセージ	玉葱 小松菜、キャベツ 青のり、黄桃缶	麦茶 クラッカー	麦茶 ビスケット
22 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
23 月	ごはん 卵豆腐	ハヤシライス ブロッコリーごま和え 鶏つくね バナナ、麦茶	じゃが芋	豚肩ロース 脱脂粉乳 鶏つくね すりごま	人参、玉葱 グリーンピース ブロッコリー コーン缶、バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
24 火	チャーハン エビフライ ほうれん草サラダ みかん、スープ ★お誕生会★	小麦粉、パン粉 マヨネーズ 油	焼き豚、卵 魚肉ソーセージ えび	人参、長ねぎ ほうれん草 キャベツ みかん	麦茶 ビスケット	カルピス ケーキ	
25 水	ごはん さんま缶	豚肉とニラの卵炒め エビシュウマイ キャベツサラダ 黄桃缶、すまし汁	マヨネーズ ごま油	豚肩ロース、卵 エビシュウマイ ツナ	ニラ、人参 キャベツ、きゅうり 黄桃缶	麦茶 クッキー	麦茶 ビスケット
26 木	ごはん かぼちゃ 煮物	カレイの竜田揚げ 小松菜納豆和え 焼き豚 りんご、味噌汁	油、片栗粉	カレイ、挽きわり納豆 焼き豚	小松菜、もやし りんご	麦茶 クラッカー	豆乳 せんべい
27 金	ごはん チンゲン菜 おかか和え	オムレツミートソース オクラツナスパサラダ のり佃煮 オレンジ、スープ	サラspa、油	卵、豚ひき肉 ツナ缶	玉葱、人参 オクラ、しめじ のり佃煮 オレンジ、スープ	麦茶 ウエハース	りんご ジュース 揚げ菓子
28 土	ごはん 大根煮物	生揚げ味噌炒め レタスサラダ かまぼこ、ふりかけ 洋梨缶、スープ	マヨネーズ ごま油	生揚げ、かまぼこ 豚ひき肉	玉葱、人参、しいたけ レタス、きゅうり コーン缶、万能ねぎ 洋梨缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
29 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
30 月	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
31 火	*年末休園日						

給食室から

- *6日は、おにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)
- ※10日は食育の日として「食材を赤・黄・緑の三食群に分けてみましょう」のお話をします。
- *24日のお誕生会は園児全員に「チャーハン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)
- *都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

