

献立予定表 12月上旬

今月の目標 : いろいろな食材に興味を持って食べましょう。

2016年

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
1 木	ごはん 卵豆腐	エビシチュー ほうれん草春雨和え ミートボール、チーズ 黄桃缶、麦茶	じゃが芋、春雨、ごま油	えび(むき身)、ロース ハム 脱脂粉乳、チーズ	玉葱、ほうれん草 人参、コーン缶 グリーンピース	野菜 ジュース ビスケット	牛乳 揚げ菓子
2 金	ごはん 枝豆	イカリングフライ 豚肉と人参の炒り煮 きゅうりコーン和え ミニトマト、味噌汁	パン粉、小麦粉 糸こんにゃく、油	イカ、豚肩ロース	人参、あおのり きゅうり、コーン缶 玉葱	麦茶 クラッカー	コーラス せんべい
3 土	ごはん 粉ふき芋	カニ豆腐 サラダうどん ポークビッツ、りんご のり佃煮、スープ	茹でうどん 片栗粉、ごま油	木綿豆腐、かにふぶき 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり、人参 しいたけ、万能葱	緑茶 クッキー	ぶどう ジュース ウエハース
4 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
5 月	ごはん ブロッコリー ツナ和え	鶏肉2色焼き(青のり、カレー) 長芋バターソテー わかめの酢の物 みかん、味噌汁	小麦粉、油、ごま油	若鶏もも皮なし バター	きゅうり、わかめ、玉葱 人参	麦茶 ビスケット	牛乳 フルーツ 蒸しパン
6 火	ごはん ソーセージ	グラタンロッケ れんこんサラダ もやしとニラのナムル ミニゼリー、すまし汁	マカロニ、パン粉 小麦粉、糸こんにゃく マヨネーズ	すりごま(白)	れんこん、人参、ニラ もやし、きゅうり	緑茶 せんべい	牛乳 かりんとう
7 水	ごはん コーンバター	さんまのごま焼き 切干し大根煮物 白菜ベーコンサラダ 黄桃缶、味噌汁	片栗粉、油	さんま(骨なし) ベーコン、さつま揚げ すりごま(白)	切干し大根、しいたけ 白菜、きゅうり、人参	麦茶 クッキー	スポロン クラッカー
8 木	ごはん 里芋煮物	ミートローフ、エビッコ 小松菜ツナ和え 切り昆布炒め煮 パイン缶、スープ	パン粉、油	豚ひき肉、ツナ缶	キャベツ、玉葱、人参 コーン缶、グリーンピース 切り昆布	緑茶 ウエハース	マミー ビスケット
9 金	ごはん ほうれん草 のり和え	チキンカレー キャベツコンソメ炒め 焼き豚、生揚げ煮物 みかん、麦茶	じゃが芋、油	鶏ひき肉、脱脂粉乳 焼き豚、生揚げ	玉葱、キャベツ、人参 コーン缶、ピーマン グリーンピース	野菜 ジュース クラッカー	牛乳 揚げ菓子
10 土	ごはん 鮭缶	豚肉のしょうが焼き チンゲン菜ハムサラダ かぼちゃ甘煮 ミニトマト、味噌汁	マヨネーズ、油	豚肩ロース ロースハム	キャベツ、玉葱 チンゲン菜、人参 かぼちゃ	麦茶 クッキー	オレンジ ジュース せんべい
11 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
12 月	ごはん いんげん ソテー	豚汁、オクラ納豆 ポテトサラダ ミートボール かまぼこ、パイン缶	じゃが芋、糸こんにゃく マヨネーズ	豚バラ肉、焼き豆腐 魚肉ソーセージ いりごま(白) 挽きわり納豆	白菜、玉葱、人参 きゅうり、しめじ コーン缶、ねぎ、オクラ	ヤクルト クラッカー	ゼリー ビスケット
13 火	ごはん ちくわ煮	麻婆豆腐 ごぼうサラダ、ミニトマト さつま芋甘煮 チキンナゲット、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 すりごま(白)	細切りごぼう、人参 きゅうり、ピーマン しいたけ、ねぎ	麦茶 ウエハース	りんご ジュース せんべい
14 水	ごはん 小松菜 おかか和え	生姜味噌おでん ところてんサラダ シュウマイ、枝豆 鮭フレーク、みかん	ごま油	皮なしウインナー うずら卵水煮缶 はんぺん、ロースハム	大根、ところてん、人参 きゅうり、レタス	ぶどう ジュース ビスケット	牛乳 揚げ菓子
15 木	ごはん 昆布煮	タラのポテトクリーム焼き かぶのそぼろ煮 もやしのゆかり和え りんご、すまし汁	じゃが芋、油、片栗粉	たら(骨なし)、豚ひき肉	かぶ、クリームコーン缶 玉葱、人参、もやし グリーンピース	緑茶 クラッカー	牛乳 お好み焼き
給食献立 レシピ (約4人分)	<p>タラのポテトクリーム焼き(タラ(骨なし)4切れ、じゃが芋1個、玉葱1/2個、コーンクリーム缶小1缶、塩小さじ1/3、サラダ油)</p> <p>①じゃが芋は皮をむいて、小さい四角に切る。玉葱はみじん切りにする。 ②鍋に油をしき、じゃが芋と玉葱がしんなりするまで炒めたら、熱いうちにつぶしておく。 ③つぶしたじゃが芋と玉葱に、コーンクリーム缶と塩を混ぜる。 ④オープン鉄板にクッキングシートを敷き、タラを並べてじゃが芋クリームをかけて焼き、火が通ったら、できあがり☆</p>						




献立予定表 12月下旬

今月の目標 : いろいろな食材に興味を持って食べましょう。

2016年

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	
16 金	ごはん 里芋煮物	イタリオンオムレツ オクラツナスパサラダ ひじきの煮物、黄桃缶 ふりかけ、味噌汁	サラスパ、油	卵、ピザ用チーズ ツナ缶	トマト、しめじ、オクラ ひじき、人参、しいたけ	麦茶 ウエハース	いちごみるく ドーナツ	
17 土	おにぎり 	(ぞう組)餅、あんこ、きなこ (全クラス)野菜うどん ミニフランク、チーズ みかん	ゆで細うどん	ミニフランク、チーズ	大根、玉葱、しめじ 人参、ねぎ	スポロン クラッカー	おしるこ	
18 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
19 月	ごはん 切干し大根煮	ハヤシライス ほうれん草サラダ 鶏つくね、卵豆腐 りんご、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 鶏ひき肉、ロースハム	キャベツ、玉葱、人参 ほうれん草、コーン缶 グリーンピース	ヤクルト ビスケット	豆乳 せんべい	
20 火	ごはん さつま揚げ煮	鮭じゃが汁 小松菜納豆和え ミニオムレツ 焼き豚 パイン缶、味付けのり	じゃが芋	さけ(骨なし)、卵 挽きわり納豆、焼き豚	キャベツ、小松菜 しめじ、人参、万能葱	麦茶 クッキー	ジャージャー めん	
21 水	ごはん コーンバター	いとこ煮、ミニトマト れんこんきんぴら パンプキンサラダ ミニハムカツ、麦茶	マヨネーズ、砂糖	卵、豚肩ロース 焼き豆腐	白菜、れんこん、玉葱 人参、きゅうり、ねぎ	野菜 ジュース ウエハース	マミー 揚げ菓子	
22 木	カレーピラフ、星形ハンバーグ ブロッコリーツナ和え 人参のグラッセ、わかめスープ いちご練乳ゼリー	油、小麦粉、パン粉	豚ひき肉、バター ツナ缶	玉葱、人参、わかめ グリーンピース ブロッコリー	緑茶 クラッカー	牛乳 チョコ ケーキ		
23 金	★お誕生会★ 天皇誕生日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
24 土	ごはん さんま缶	野菜コロケ ミートスパゲティ コロコロサラダ みかん、味噌汁	サラスパ、マヨネーズ 油	豚ひき肉 板かまぼこ(ピンク)	きゅうり、玉葱、人参 コーン缶	麦茶 ウエハース	ヨーグルト せんべい	
25 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
26 月 ※	ごはん チーズ	さばの竜田揚げ なすピーマン味噌炒め 長芋オクラサラダ りんご、すまし汁	油、片栗粉、長芋	さば(骨なし)	なす、ピーマン、オクラ 人参、玉葱	緑茶 クラッカー	牛乳 サンドイッチ	
27 火	ごはん いんげん ソテー	白菜クリーム煮 マカロニサラダ チキンナゲット、黄桃缶 大根煮物、麦茶	ミックスマカロニ マヨネーズ	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	白菜、玉葱、コーン缶 レタス、きゅうり、人参	野菜 ジュース クッキー	牛乳 かりんとう	
28 水	ごはん 豆腐煮物	麻婆春雨 ツナポテトサラダ うずら卵煮物、パイン缶 めかぶ納豆、味噌汁	じゃが芋、春雨 マヨネーズ	豚ひき肉、ツナ缶 うずら卵水煮缶 挽きわり納豆	レタス、きゅうり 人参、しいたけ、めかぶ	麦茶 ウエハース	野菜 ジュース せんべい	
29 木	年末休園日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
30 金	年末休園日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
31 土	年末休園日							
給食室から		<p>* 22日のお誕生会は園児全員に「カレーピラフ」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)</p> <p>* 17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)</p> <p>※26日は食育の日として「お正月の料理」についての話をします。</p> <p>* 緑色の給食の文字は新メニューの献立です。</p> <p>* オレンジ色のおやつの文字は手作りおやつの日です。</p> <p>* 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。</p>					