



12月予定献立



2017年12月
風の子保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
1	15	金	ブロッコリー	ごはん	和風ハンバーグきのこあん 粉ふき芋 大根サラダ 味噌汁	牛豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 しめじ えのき じゃが芋 大根 にんじん 水菜 ツナ マヨネーズ ＜白菜 もやし 油揚げ＞	さつまいもごはん(米 さつまいも ゴマ) キャベツの煮浸し するめ
4	18	月	豆乳 ドリンク	ごはん	かじきの梅しよゆ焼き ゆず大根 炒り鶏 味噌汁	かじき 梅干し 大根 ゆず 鶏肉 にんじん ごぼう こんにゃく いんげん 干し椎茸 ＜キャベツ 玉ねぎ＞	豚たまごはん(米 豚肉 卵 ネギ) 白菜の煮浸し 昆布
5	19	火	大根	菜めし	鶏のつくね焼き 即席漬け ひじきと大豆の煮物 味噌汁	鶏ひき肉 ネギ パン粉 白菜 かぶ 塩昆布 ひじき 大豆 にんじん ごぼう 油揚げ ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	焼き芋(さつまいも) ほうれん草の煮浸し 煮干し
6		水	じゃが芋	ごはん	豆腐ステーキ さつまいもの甘煮 春雨サラダ 醤油汁	豆腐 豚ひき肉 ネギ 生椎茸 さつまいも 春雨 もやし レタス きゅうり にんじん ハム ＜大根 えのき ほうれん草＞	マカロニきな粉(マカロニ きな 粉) ブロッコリー するめ
	20		クッキー	20日(水) お楽しみ会メニュー			
7	21	木	さつまいも	ごはん	鶏のから揚げおろしソース 野菜添え 高野豆腐の煮物 味噌汁	鶏肉 片栗粉 大根 キャベツ ブロッコリー 高野豆腐 にんじん 干し椎茸 ＜玉ねぎ もやし しめじ＞	ひじきごはん(米 ひじき にん じん 油揚げ) かぶの即席漬け 煮干し
8				8日(金) お弁当の日			
	22	金	豆乳 ドリンク	ごはん	酢豚 ブロッコリー添え かぼちゃの煮物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ にんじん 生椎茸 ピーマン パプリカ ブロッコリー かぼちゃ ＜白菜 ネギ ワカメ＞	きつねうどん(うどん 油揚げ ネギ) 小松菜のお浸し
11	25	月	豆乳 ドリンク	菜めし	鶏手羽元と大根の煮物 ほうれん草と油揚げの和え物 ゴロゴロきんぴら 味噌汁	鶏手羽元 大根 ほうれん草 もやし しめじ 油揚げ さつまいも れんこん ごぼう にんじん こんにゃく ＜かぶ 玉ねぎ＞	揚げじゃが芋(じゃが芋 青海 苔) キャベツの煮浸し 煮干し
12				12日(火) 誕生会メニュー			
	26	火	じゃが芋	ごはん	サバの味噌煮 ゴマ和え 里芋と大根のそぼろ煮 ニラ玉スープ	サバ 小松菜 キャベツ にんじん 油揚げ 里芋 大根 鶏ひき肉 ＜卵 ニラ もやし しめじ＞	れんこんもち(れんこん 片栗 粉) 白菜の即席漬け するめ
13	27	水	豆乳 ドリンク	ごはん	ポークピカタ たたきごぼう 五色なます 味噌汁	豚肉 卵 小麦粉 ごぼう ゴマ もやし きゅうり にんじん 油揚げ 白滝 ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	こんにゃくじゃこごはん(米 じゃこ こんにゃく) ほうれん草の煮浸し 昆布
14	28	木	さつまいも	ごはん	タラのフライ 野菜添え 肉豆腐 味噌汁	タラ 卵 パン粉 キャベツ ブロッコリー 豚肉 豆腐 にんじん 白菜 ネギ こんにゃく ＜えのき 玉ねぎ ほうれん草＞	すいとん(小麦粉 鶏肉 大根 にんじん) 小松菜のお浸し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

8日(金) お弁当の用意をお願いします。

19日(火) 3.4.5歳クッキング

子どもたちがお楽しみ会で食べるクッキーを作ります。

