

12月の予定献立

令和2年 12月 米崎保育園

	献立名	おやつ(3時)	血、肉、骨を作る食品	熱、力の元になる食品	体調を整える食品
1(火) 総練習	おにぎり弁当	ヨーグルト ビスケット	お弁当は保育園から出ます。お箸セットを持たせてください。		
2(水) ほかほか	中華のローストチキン ポテトのサラダ 五目スープ キウイ	ホットケーキ 牛乳	鶏肉 豚肉 卵 牛乳	じゃが芋 マヨネーズ 小麦粉 バター 砂糖	ねぎ コーン 人参 きゅうり もやし 白菜 干椎茸 キウイ
3 (木)	がんもの含め煮 大徳寺和え さつま汁 みかん	ピザトースト 牛乳	がんもどき 高野豆腐 卵 豚肉 ベーコン チーズ	さつま芋 食パン マーガリン 砂糖	さやえんどう 小松菜 椎茸 ごぼう 人参 ねぎ みかん
4 (金)	いが蒸し いかとワカメの酢味噌和え しめたま汁 ミニトマト	せんべい スポロン	豚挽肉 卵 いか 若布	もち米 パン粉 ごま	玉葱 ねぎ きゅうり 人参 キャベツ しめじ ほうれん草
5 (土)	生活発表会				
7 (月)	シチュー りんごサラダ ウィンナーソーテー ミニトマト	ブルーベリーケーキ 牛乳	鶏肉 牛乳 ウィナー	小麦粉 じゃが芋 バター マヨネーズ 上新粉 砂糖	玉葱 人参 ブロッコリー りんご キャベツ ピーマン ミニトマト
8 (火)	南瓜オムレツ ヤーコンきんぴら なめこ汁 キウイ	ドーナツ 牛乳	卵 豚挽肉 豆腐 牛乳	バター ヤーコン 小麦粉 ごま 砂糖 油	かぼちゃ 玉葱 人参 いんげん なめこ ねぎ キウイ
9(水) ほかほか	白身魚カレーソースかけ もやしのナムル 若布コンスープ オレンジ	レアチーズ せんべい	たら 若布 クリームチーズ	小麦粉 ごま油 砂糖	玉葱 人参 ピーマン しめじ もやし きゅうり セロリ ねぎ
10 (木)	五目大豆 大根サラダ にらたま汁 りんご	豆腐のごまだれ団子 牛乳	大豆 鶏肉 かまぼこ 卵 豆腐 牛乳	こんにゃく ごま油 白玉粉 ごま 砂糖	人参 ごぼう 干椎茸 いんげん 大根 きゅうり にら えのき茸
11 (金)	豚の角煮 ごまドレッシングサラダ お芋のだんご汁 みかん	フレンチトースト 牛乳	豚肉 ハム 鶏肉 卵 牛乳	春雨 マヨネーズ ごま油 ごま じゃが芋 片栗粉	ほうれん草 きゅうり 人参 白菜 大根 ねぎ ごぼう
12 (土)	手作り弁当				
14 (月)	巣ごもり卵 三色サラダ かぶのみそ汁 キウイ	ヤーコン焼き餅 牛乳	卵 ハム 油揚げ 牛乳	春雨 マヨネーズ 小麦粉 ヤーコン 三温糖	キャベツ ほうれん草 人参 もやし きゅうり かぶ キウイ
15 (火)	肉じゃが 小松菜のピーナッツ和え 凍り豆腐の味噌汁 みかん	小倉白玉 牛乳	豚肉 若布 高野豆腐 牛乳	じゃが芋 しらたき ピーナッツ 白玉粉 ザラメ 砂糖	玉葱 人参 干椎茸 小松菜 みかん 小豆
16(水) ほかほか	煮魚 ひじきサラダ 豚汁 りんご	ハムサンド 牛乳	魚 ひじき 油揚げ 卵 豚肉 豆腐 ハム チーズ	ごま油 じゃが芋 しらたき 食パン マーガリン	きゅうり レタス セロリ 人参 大根 ごぼう ねぎ りんご
17 (木)	鶏肉の甘辛焼 ブロッコリーサラダ コンソメスープ オレンジ	ごまおこし 牛乳	鶏肉 卵 牛乳	小麦粉 ごま 黒砂糖 バター はちみつ	りんご ブロッコリー 人参 玉葱 白菜 コーン オレンジ
18 (金)	豆腐のドライカレー風 シーザーサラダ きのこスープ バナナ	ココアケーキ 牛乳	豆腐 豚挽肉 ベーコン チーズ 卵 牛乳	マヨネーズ 小麦粉 三温糖 バター	人参 玉葱 グリンピース 大根 キャベツ しめじ えのき茸
19 (土)	はんぺんのチーズ焼き キャベツの信田煮 幼児牛乳 グレープフルーツ		はんぺん チーズ 卵 油揚げ 牛乳		キャベツ 人参 グレープフルーツ
21 (月)	変り納豆 かぼちゃいとこ煮 味噌けんちん汁 りんご	プリン せんべい	納豆 豚挽肉 ハム 豆腐 油揚げ	こんにゃく 砂糖	キャベツ きゅうり ねぎ 人参 かぼちゃ 小豆 ごぼう 大根
22(火) 誕生会	チキンライス カリフラワーサラダ エビフライ わかめスープ いちご	ケーキ 牛乳	鶏肉 えび 卵 ハム 若布 豆腐 牛乳	バター 小麦粉 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ	玉葱 人参 マッシュルーム コーン カリフラワー きゅうり
23(水) ほかほか	炒り鶏 青菜としめじのお浸し 油揚げの味噌汁 みかん	フライドポテト 牛乳	鶏肉 油揚げ 牛乳	こんにゃく 里芋 フライドポテト 油	人参 ごぼう れんこん 干椎茸 ほうれん草 しめじ もやし
24 (木)	卵グラタン キャベツの甘酢和え 白菜と人参のみそ汁 ミニトマト	フルーツヨーグルト せんべい	卵 牛乳 チーズ 豆腐 ヨーグルト	小麦粉 バター	玉葱 人参 ほうれん草 しめじ キャベツ みかん缶
25 (金)	チーズハンバーグ マッシュポテト 卵スープ キウイ	マフィン 牛乳	豚挽肉 卵 チーズ 牛乳	パン粉 じゃが芋 マヨネーズ バター 小麦粉 砂糖	玉葱 人参 ミックスベジタブル えのき茸 ねぎ キウイ
26 (土)	豚肉のみそ炒め 中華風サラダ 幼児牛乳 バナナ		豚肉 卵 ハム 牛乳	春雨 ごま油	玉葱 小松菜 人参 きゅうり バナナ
28 (月)	えび天 大根なます 青菜のお浸し 年越しうどん りんご	ジョア ビスケット	えび かつお節 なんと	小麦粉 油 うどん	大根 人参 みかん缶 ほうれん草 ねぎ りんご

