

2020年度 12月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	材 料	おやつ
1日 (火)	ごはん/手作りふりかけ	米、昆布、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖	牛乳	17日 (木)	ミートスパゲティ	スパゲティ、合挽きミンチ、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、砂糖、酒、塩
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	ポールドーナツ		カブと大根のサラダ	だいこん、カブ、きゅうり、にんじん、水菜、マヨネーズ
	小松菜のツナ和え	こまつな、にんじん、ツナ缶、白ごま、しょうゆ、砂糖	(ホットケーキミックス、牛乳、白玉粉、砂糖、油、粉砂糖)		温野菜	ブロッコリー
	豚汁	豚もも肉、にんじん、ごぼう、だいこん、こんにゃく、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ			和風スープ	絹ごし豆腐、キャベツ、えのき、焼き麩、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩
	ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー
2日 (水)	ごはん	米	牛乳	18日 (金)	ハヤシライス	米、豚もも肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ハヤシルウ、トマト缶、油
	おでん	鶏もも肉、だいこん、じゃがいも、厚揚げ、卵、にんじん、板こんにゃく、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖	スイートポテト		ココロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、大豆、りんご、マヨネーズ
	ほうれん草のサラダ	ほうれん草、ひじき、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ	(さつまいも、砂糖、牛乳、生クリーム)		チーズ	チーズ
	ずまし汁	絹ごし豆腐、はくさい、えのき、わかめ、焼き麩、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			ゼリー	ゼリー
	ゼリー	ゼリー				
3日 (木)	卵とじうどん	うどん、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、卵、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、塩、片栗粉	牛乳	19日 (土)	ピピン丼	米、豚ひき肉、しょうが、にんじん、もやし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖
	はくさいのごま和え	はくさい、にんじん、ちくわ、しらす干し、白ごま、しょうゆ、砂糖	チーズトースト		キャベツのおかか和え	キャベツ、ツナ缶、かつおぶし、しょうゆ、みりん
	粉ふきいも	じゃがいも、塩	(食パン、ピザチーズ)		みそ汁	絹ごし豆腐、焼き麩、わかめ、かつお昆布だし、米みそ
	ゼリー	ゼリー				
4日 (金)	ごはん	米	牛乳	21日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆
	和風ハンバーグ	合挽きミンチ、たまねぎ、だいこん、牛乳、塩、パン粉、油、しょうゆ、酒、みりん、砂糖	にゅうめん		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖、酒
	さつまいもとひじきのサラダ	さつまいも、ひじき、キャベツ、きゅうり、しょうゆ、砂糖、マヨネーズ	(そうめん、わかめ、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩)		かぼちゃのそぼろ煮	かぼちゃ、鶏ひき肉、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん
	和風スープ	ほうれん草、もやし、えのき、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、ほうれん草、焼き麩、しいたけ、かつお昆布だし、米みそ
	ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー
5日 (土)	カレーピラフ	米、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ウスターソース、カレー粉、しょうゆ	牛乳	22日 (火)	ちくわ天うどん	うどん、ちくわ、小麦粉、片栗粉、青のり、かつお昆布だし、葉ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、塩
	キャベツのサラダ	キャベツ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		ほうれん草と油揚げの和え物	ほうれん草、はくさい、にんじん、うすあげ、白ごま、しょうゆ、砂糖
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	チーズ		いりこ	いりこ
			バナナ		ゼリー	ゼリー
7日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	23日 (水) お楽しみ会	ごはん	米
	鶏肉の磯辺揚げ	鶏もも肉、塩、小麦粉、片栗粉、わかめ、油	じゃこトースト		ミートローフ	合挽きミンチ、木綿豆腐、たまねぎ、卵、にんじん、いんげん、パン粉、油、塩、ウスターソース、ケチャップ
	春雨サラダ	春雨、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油	(食パン、しらす干し、マヨネーズ、粉チーズ、青のり)		ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、ハム、ミニトマト、マヨネーズ
	みそ汁	たまねぎ、じゃがいも、えのき、うすあげ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ			ミネストローネ	にんじん、だいこん、たまねぎ、れんこん、じゃがいも、トマト缶、コンソメ、砂糖、パセリ粉
	ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー
8日 (火)	ごはん	米	お茶	24日 (木)	チキンカレー	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、しめじ、りんご、カレールウ、コンソメ、ケチャップ、油
	鮭の野菜あんかけ	鮭、たまねぎ、にんじん、絹ごし豆腐、しょうが、小麦粉、片栗粉、酢、砂糖、しょうゆ、塩、油	フルーツヨーグルト/ビスケット		キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ
	白菜の煮浸し	しろな、にんじん、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒	(ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶、りんご)		チーズ	チーズ
	みそ汁	絹ごし豆腐、だいこん、かぼちゃ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			ゼリー	ゼリー
	ゼリー	ゼリー				
9日 (水)	ロールパン	ロールパン	牛乳	25日 (金)	ごはん/納豆	米、納豆
	かぶのシチュー	鶏もも肉、カブ、たまねぎ、にんじん、はくさい、クリームコーン缶、薄力粉、牛乳、バター、コンソメ、砂糖、塩	ごへいもち		鮭の竜田揚げ	鮭(乳児は鱈)、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油
	さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖	(米、米みそ、砂糖、みりん)		白和え	絹ごし豆腐、にんじん、ほうれん草、ひじき、白ごま、米みそ、しょうゆ、砂糖、
	りんご	りんご			豚汁	豚もも肉、にんじん、ごぼう、だいこん、こんにゃく、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ
					ゼリー	ゼリー
10日 (木)	ごはん	米	牛乳	26日 (土)	チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油
	鮭の味噌煮	鮭(乳児は鱈)、米みそ、砂糖、酒、しょうが	大学芋		もやしの酢の物	もやし、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩
	ごぼうきんぴら	れんこん、ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、白ごま	(さつまいも、砂糖、しょうゆ、酢、油)		和風スープ	絹ごし豆腐、キャベツ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩
	ずまし汁	キャベツ、えのき、たまねぎ、こまつな、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩				
	ゼリー	ゼリー				
11日 (金)	五目ラーメン	中華麺、鶏もも肉、チンゲン菜、にんじん、はくさい、干しいたけ、コーン缶、もやし、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油、片栗粉	牛乳	28日 (月)	三色丼	米、鶏ミンチ、ほうれん草、にんじん、しょうが、白いりごま、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、塩
	柿なます	だいこん、かき、うすあげ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩	マシュマロクラッカー		粉ふきいも	じゃがいも、塩
	いりこ	いりこ	(マシュマロ、クラッカー)		和風スープ	絹ごし豆腐、キャベツ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩
	ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー
12日 (土) たのしい成長 はっぴょう会	カレーライス	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、ケチャップ、油	おいしいパン	29日 (火)		
	チーズ	チーズ	ジュース			
	みかん	みかん	(おみやげあります)			
14日 (月)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、白ごま、しょうゆ、みりん	牛乳	30日 (水)	冬季休園	
	牛肉とれんこんの炒め煮	牛もも肉、れんこん、にんじん、こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒	お麩のラスク			
	大根とツナのサラダ	だいこん、ツナ缶、きゅうり、にんじん、ごま油、塩	(焼き麩、砂糖、バター)			
	みそ汁	絹ごし豆腐、ほうれん草、えのき、たまねぎ、じゃがいも、かつお昆布だし、米みそ				
	ゼリー	ゼリー				
15日 (火)	ごはん	米	牛乳	31日 (木)		
	鮭のホイル焼き	鮭、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、マヨネーズ	どらやき			
	キャベツのおかか和え	キャベツ、にんじん、ブロッコリー、しらす干し、かつおぶし、しょうゆ、みりん	(ホットケーキミックス、牛乳、粒あん、油)			
	みそ汁	さつまいも、たまねぎ、えのき、だいこん、わかめ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ				
	ゼリー	ゼリー				
16日 (水)	ごはん	米	お茶			
	鶏のから揚げ	鶏もも肉、小麦粉、片栗粉、しょうゆ、酒、塩、油	ミニパフェ			
	ひじきサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、大豆、ひじき、しょうゆ、マヨネーズ	(コーンフレーク、生クリーム、牛乳、マシュマロ、ヨーグルト、ゼリー、プリッツ、りんご、みかん缶)			
	野菜たっぷりスープ	こまつな、エリンギ、たまねぎ、だいこん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩				
	ゼリー	ゼリー				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：河田・廣田より