

2018年12月

献立表

はすねだこども園

| 日付 | 献立 | 材 料 名 | | | | 午前おやつ | 午後おやつ | 行事 持ち物等 | 幼稚園給食 提供有無 |
|---------|---|-----------------------------|---------------------------------|--|-----------------------------|-----------------------|-----------------------------------|------------|----------------------|
| | | 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 | 調味料 | | | | |
| 01 土 | ビーフシチュー パン ㊦弁当持参 | 油、小麦粉、じゃがいも、 ロールパン | 牛乳、牛肉、バター | にんにく、にんじん、たまね ぎ | 食塩、こしょう、ケチャッ プ、ビーフシチュールウ | クッキー等 お茶 ㊦おやつ持参 | せんべい等 お茶 ㊦おやつ持参 | | 無 |
| 03 月 | ●オムレツ ㊦卵 (じゃがいものそぼろ煮) カラフルサラダ チンゲン菜スープ | 油、砂糖、じゃがいも、米 | ●卵、合挽きミンチ、ベー コン | レッドキャベツ、にんじん、 チンゲンサイ、たまねぎ、 コーン缶、キャベツ | 酢、食塩、コンソメ、こしょ う、ケチャップ | ソフトせんべい ●牛乳 | ●雪の宿 ㊦乳 ●スボロン ㊦乳 | | 有 |
| 04 火 | 鶏肉のオレンジ焼き ☆わかめの酢の物 ㊦甲殻類 もやしスープ | 砂糖、米 | 鶏肉、ベーコン ☆かにかまぼこ | もやし、マーマレード、にん じん、しょうが、きゅうり、 カットわかめ | 中華粒、酢、しょうゆ | ★さつまいも ●牛乳 | ★かるかん ●牛乳 | | 有 |
| 05 水 | ☆鮭のかりんとうがらめ ㊦ナッツ類 ●添え野菜+マヨネーズ ㊦卵(青じそ風味) ☆かきたま汁 ㊦卵 りんご | 油、片栗粉、砂糖 ●マヨネーズ、米 | ☆卵、さけ ☆スライスアーモンド ☆かまぼこ | りんご、ほうれんそう、ブ ロッコリー、にんじん、たま ねぎ、しょうが | 食塩、みりん、しょうゆ、か つお・昆布だし汁、酒 | セサミラスク ●牛乳 | ★●チーズ蒸しパン ㊦卵、乳 ●牛乳 | | 無 |
| 06 木 | ゆかりごはん 大根とがんもの含め煮 いんげんのごま和え みそ汁 | 砂糖、米 | 味噌、鶏肉、ごま、がんも どき | ねぎ、にんじん、だいこん、 キャベツ、いんげん、ゆかり | 煮干しだし汁・かつおだ し汁、みりん、しょうゆ | ●十勝ヨーグルト ㊦乳 お茶 | ●オールレーズン ㊦卵、乳 ●牛乳 | | 有 |
| 07 金 | かぼちゃのそぼろ煮 ちりめんの佃煮 すまし汁 みかん | 油、片栗粉、砂糖、おつゆ 麩、米 | 豚ひき肉 | ちりめんの佃煮、みかん、 ねぎ、にんじん、たまねぎ、 しょうが、しめじ、グリーンピー ス、かぼちゃ | 食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし汁 | 元気 ミレービスケット ●牛乳 | お米de国産 ものタルト ●牛乳 | | 有 |
| 08 土 | マーボー豆腐丼 ㊦弁当持参 | 油、片栗粉、砂糖 ごま油、米 | 木綿豆腐、味噌、豚ひき肉 | ねぎ、にんにく、にんじん、 しょうが | 中華粒、しょうゆ | せんべい等 お茶 ㊦おやつ持参 | タルト等 お茶 ㊦おやつ持参 | | 無 |
| 10 月 | 鶏肉のから揚げ 白和え みそ汁 | 油、片栗粉、糸こんにやく、 砂糖、さつまいも、米 | 油揚げ、味噌、鶏肉、しほ り豆腐、ごま | 干しいたけ、ほうれんそ う、ねぎ、にんじん、しょうが | 煮干しだし汁・かつおだ し汁、しょうゆ | りんご ●牛乳 | ハッピーターン ●牛乳 | | 有 |
| 11 火 | ☆ラザニア ㊦乳 ☆ブロッコリー+マヨネーズ ㊦卵 レタススープ | 油、餃子の皮、 ☆マヨネーズ、米 | 合挽き肉、ベーコン ☆チーズ、ミートソース缶 | レタス、ほうれんそう、ブ ロッコリー、にんじん、な す、たまねぎ | 中華粒、食塩、こしょう | 水族館クッキー ●牛乳 | ●お楽しみパン ㊦卵、乳 ●牛乳 | お楽しみ会 | 有 |
| 12 水 | ☆八宝菜 ㊦卵、甲殻類 春雨スープ 味付けのり オレンジ | 油、片栗粉、はるさめ、米 | 豚肉、ベーコン ☆えび、☆うずら卵水煮缶 | 味付けのり、干しいたけ、 もやし、ピーマン、はくさ い、にんじん、チンゲンサ イ、たまねぎ、たけのこ、オ レンジ | 中華粒、食塩、酒、しょう ゆ | 玄米ぼんせん醤油味 ●牛乳 | ●エントリー ㊦乳 ●牛乳 | | 無 |
| 13 木 | 牛肉とごぼうの混ぜごはん 刻みたくあん 豆乳のみそ汁 | 砂糖、米 | 味噌、豆乳、牛肉 | ほうれんそう、ねぎ、にん じん、たまねぎ、刻みたくあ ん、だし昆布、ごぼう、グ リンピース | 酒、煮干しだし汁・かつお だし汁、しょうゆ | ★おはぎ お茶 | 源氏パイ ●牛乳 | もちつき会 | 有 |
| 14 金 | 手作りがんも 小松菜のごま味噌和え すまし汁 フルーツ缶 | 油、片栗粉、砂糖、ながい も、米 | 味噌、しほり豆腐、ごま | 干しいたけ、もやし、ね ぎ、にんじん、しょうが、し いたけ、こまつな、えのきた け、フルーツ缶 | 食塩、酒、しょうゆ、かつ お・昆布だし汁 | 鉄塩せん ●牛乳 | アンパンマンの 揚げせん ●牛乳 | | 有 |
| 15 土 | ラーメン ㊦弁当持参 | 中華めん | 焼き豚 | もやし、ねぎ、にんじん、 コーン缶、カットわかめ | 中華スープ、食塩、しょう ゆ、こしょう | ゼリー等 お茶 ㊦おやつ持参 | ビスケット等 お茶 ㊦おやつ持参 | | 無 |
| 17 月 | 肉豆腐の煮物 ☆磯和え ㊦卵 なめこのみそ汁 | 油、糸こんにやく、砂糖、 じゃがいも、米 | 油揚げ、味噌、焼き豆腐、 牛肉、☆かまぼこ | もみり、ほうれんそう、ね ぎ、にんじん、なめこ、たま ねぎ | 煮干しだし汁・かつおだ し汁、みりん、しょうゆ | キヌアかりんとう ●牛乳 | ●白い風船 ㊦乳 ●牛乳 | | 有 |
| 18 火 | かき揚げ かぶの梅和え みそ汁 | 油、天ぷら粉、さつまいも、 米 | 味噌、ちくわ | 梅肉、青じそドレッシング、 みつば、にんじん、たまね ぎ、きゅうり、かぶ、カットわ かめ、えのきたけ | 食塩、煮干しだし汁・かつ おだし汁 | さかなの学校 ●牛乳 | あんまん ●牛乳 | 5歳児園外保育 | 3・4歳 有 5歳 弁当持参 |
| 19 水 | さわらのごま味噌焼き ひじきの炒り煮 のっぺい汁 りんご | 油、片栗粉、砂糖、さとい も、米 | 味噌、鶏肉、ちくわ、だい ず水煮、さわら、ごま | りんご、ひじき、ねぎ、にん じん、だいこん、しょうが | 酒、みりん、しょうゆ、かつ お・昆布だし汁 | ★かぼちゃ ●牛乳 | ●練乳いちごパン ㊦卵、乳 ●牛乳 | | 無 |
| 20 木 | ●冬野菜カレー ㊦乳(煮物) ☆ハムサラダ ㊦卵、乳 みかん | 油、砂糖、米 | 鶏肉、☆ハム | みかん、ほうれんそう、にん じん、たまねぎ、だいこん、 きゅうり、キャベツ、れんこ ん | 酢、食塩、こしょう ●カレールウ | しょうゆおかし ●牛乳 | ●シュークリーム ㊦卵、乳 りんごジュース | 誕生会 | 有 |
| 21 金 | わかめごはん ●はんぺん入り卵焼き ㊦卵(鶏肉のソテー) きんぴらごぼう みそ汁 ミニデザート<ピーチ> | 砂糖、ごま油、米 | ●卵、油揚げ、味噌、豚ひ き肉、●はんぺん、ごま | ねぎ、にんじん、たまねぎ、 しゅんぎく、ごぼう、混ぜ込 みわかめ | 食塩、煮干しだし汁・かつ おだし汁、しょうゆ | 玄米ぼんぼー ●牛乳 | ★●レモンヨーグルト ドーナツ ㊦卵、乳 ●牛乳 | 終業式 | 有 |
| 22 土 | 弁当・水筒持参 ㊦弁当・水筒持参 | | | | | ヨーグルト等 ㊦おやつ持参 | クッキー等 ㊦おやつ持参 | | 無 |
| 25 火 | ポトフ ツナサラダ ふりかけ<かつお> バナナ | 油、砂糖、じゃがいも、米 | ツナ缶、ウインナー | バナナ、にんじん、たまね ぎ、きゅうり、キャベツ | 酢、食塩、しょうゆ、コンソ メ、こしょう | ポップコーン ●牛乳 | ★●ホットケーキ ㊦卵、乳 ●牛乳 | フォーク | 冬休み |
| 26 水 | 肉じゃが みそ汁 納豆 パイン | 油、砂糖、じゃがいも、米 | 油揚げ、味噌、納豆、牛肉 | ほうれんそう、パイン、にん じん、たまねぎ、グリーンピー ス | 酒、煮干しだし汁・かつお だし汁、しょうゆ | 赤ちゃんせんべい ●牛乳 | ★●マヨコーントースト ㊦卵、乳 ●牛乳 | | |
| 27 木 | ☆年越しうどん ㊦卵 鮭の西京焼き 春菊のおかか和え | 砂糖、うどん、米 | 油揚げ、味噌、さけ、 ☆かまぼこ、かつお節、鶏 肉 | 干しいたけ、はくさい、に んじん、しゅんぎく、カット わかめ | 食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし汁 | はとむぎおこし ●牛乳 | サッポロポテト ベジタブル お茶 | | |
| 28 金 | 全園児弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒持参 | | | | | ウエハース等 ㊦おやつ持参 | せんべい等 ㊦おやつ持参 | | |