

# 献 立 表

2021年12月

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	短時部 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 水	●さわらのごま味噌焼き ⑦魚(ハンバーグ) ☆ひじき炒り煮 ⑦魚 のつぺい汁 柿	油、片栗粉、米、砂糖、 つきこんにゃく、さといも	油揚げ、味噌、☆ちくわ、 ●さわら、ごま	干しいたけ、ひじき、ね ぎ、にんじん、だいこん、 しょうが、柿	酒、みりん、しょうゆ、か つお・昆布だし汁	●牛乳 うの花クッキー	●牛乳 ●北海道ミルクパン ⑦卵・乳		無
02 木	●マカロニグラタン ⑦乳(鶏肉のソテー) ☆添え野菜+マヨネーズ ⑦卵 レタススープ	米、☆マヨネーズ、マカ ロニ、パン粉	鶏もも肉、ベーコン、 ●チーズ	レタス、マッシュルーム、ブ ロッコリー、パセリ、にんじ ん、たまねぎ	食塩、昆布だし汁、コン ソメ、こしょう、 ●ホワイトソース	●牛乳 さくふわせんべい	●牛乳 ●ココナッツサブレミニ ⑦乳・ナッツ類		有
03 金	ゆかりご飯 ケチャップ煮 粉ふき芋 中華スープ	油、米、じゃがいも	豚肉、ベーコン	もやし、にんじん、たまね ぎ、グリーンピース、キャベ ツ、あおのり	中華粒、食塩、しょう ゆ、コンソメ、こしょう、 ケチャップ	●牛乳 ごぼうスナック	●牛乳 ★●ジャムサンド ⑦乳		有
04 土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ポーロ等 ⑦持参おやつ	水筒 せんべい等 ⑦持参おやつ		無
06 月	●あじの竜田揚げ ⑦魚(豚肉の竜田揚げ) いんげんのごま和え みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖	油揚げ、味噌、ごま、 ●あじ	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 しょうが、しめじ、いんげん	酒、煮干しだし汁・かつ おだし汁、しょうゆ	●牛乳 こつぶじゃがあられ	●牛乳 かつばえびせんミニ		有
07 火	鶏肉のオレンジ焼き ブロッコリーサラダ 野菜スープ バナナ	油、米、砂糖	鶏もも肉	マーマレード、ブロッコ リー、バナナ、にんじん、た まねぎ、しょうが、コーン 缶、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、コン ソメ、こしょう	●牛乳 ねじりん棒	お茶 ★マカロニあべかわ	フォーク	有
08 水	●三色卵焼き ⑦卵(鶏の塩焼き) ピーマンのみそ炒め 麩のすまし汁	油、米、砂糖、おつゆ麩	●卵、味噌、豚ひき肉	赤ピーマン、みつば、ピー マン、ねぎ、にんじん、たま ねぎ、カットわかめ	食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし 汁	●牛乳 玄米ぼんせん醤油味	●牛乳 ぼたぼた焼き		無
09 木	カレー風味肉じゃが みそ汁 納豆 パイナップル	油、米、系こんにゃく、 砂糖、じゃがいも	味噌、納豆、牛肉	もやし、パイナップル、ね ぎ、にんじん、たまねぎ、 キャベツ	食塩、煮干しだし汁・か つおだし汁、しょうゆ、 カレー粉	●牛乳 キヌアかりんとう	●牛乳 ★●チーズ蒸しパン ⑦卵・乳		有
10 金	かき揚げ 小松菜とえのきの和え物 わかめのみそ汁	油、米、砂糖、てんぷら 粉、さつまいも	味噌、えび	みつば、にんじん、たまね ぎ、こまつな、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、みりん、 しょうゆ	●牛乳 さかなの学校	●ヤクルト ⑦乳 お米de国産みかんタルト		有
11 土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ウエハース等 ⑦持参おやつ	水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
13 月	●鯖の味噌煮 ⑦魚(野菜炒め) キャベツの塩ご和え すまし汁 フルーツミックス缶	米、砂糖	油揚げ、味噌、絹ごし豆 腐、●さば、ごま	塩こんぶ、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、しょうが、キャベ ツ、フルーツミックス缶	食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし 汁	●牛乳 しょうゆおかし	●牛乳 ★●ラスク ⑦乳		有
14 火	大根と鶏肉の炒り煮 白菜のごま和え なめこの味噌汁	油、米、砂糖	油揚げ、味噌、鶏もも肉、 ごま	水菜、はくさい、ねぎ、にん じん、なめこ、たまねぎ、だ いこん、しょうが	煮干しだし汁・かつお だし汁、しょうゆ	●牛乳 ポリコーン	●牛乳 星たべよ		有
15 水	鶏肉のから揚げ ☆マカロニサラダ ⑦卵 中華スープ	油、片栗粉、米、 ☆マヨネーズ、マカロニ	鶏もも肉、ベーコン	にんじん、チンゲンサイ、た まねぎ、しょうが、コーン 缶、きゅうり	中華粒、食塩、しょう ゆ、こしょう、昆布だし 汁	●牛乳 赤ちゃんせんべい	●ヤクルト ⑦乳 ●ビスコ ⑦乳・ナッツ類		無
16 木	☆豆腐のミートソースグラタン ⑦乳 ☆ツナサラダ ⑦魚 スープ	油、米、砂糖	しぼり豆腐、☆粉チー ズ、合挽きミンチ、ベーコ ン、 ☆ツナ缶、☆チーズ	マッシュルーム、パセリ、に んじん、たまねぎ、コーン 缶、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、昆布だし 汁、コンソメ、こしょう、 ケチャップ	●牛乳 はとむぎおこし	●牛乳 ●白い風船 ⑦乳		有
17 金	●冬野菜カレー ⑦乳(煮物) スマイルポテト ☆ハムサラダ ⑦卵・乳 みかん	油、米、砂糖、スマイル ポテト	鶏もも肉、☆ハム	れんこん、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	酢、食塩、こしょう、 ●カレーパウダー	●牛乳 紫いもチップ	りんごジュース ●キッズショート ⑦卵・乳	誕生会 フォーク	有
18 土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ゼリー等 ⑦持参おやつ	水筒 サブレ等 ⑦持参おやつ		無
20 月	☆ミートローフ ⑦卵・乳 ●コールスローサラダ ⑦卵(青じそ味) ☆コーンチャウダー ⑦乳 ミニデザート<ピーチ>	米、小麦粉、砂糖、パン 粉、じゃがいも	☆卵、豚ひき肉、鶏ひき 肉、☆牛乳、ベーコン、 ☆チーズ	パセリ、にんじん、たまね ぎ、コーン缶、グリーンピ ース、キャベツ	中濃ソース、酢、食塩、 コンソメ、こしょう、ケ チャップ、 ●コールスロードレッシング	●牛乳 きな粉ウエハース	お茶 ●白バラ牛乳 シュークリーム ⑦卵・乳 0・1歳児 ●マドレーヌ ⑦卵・乳	お楽しみ メニュー	有
21 火	かやくご飯 豚汁 刻みたくあん	米、板こんにゃく	油揚げ、味噌、豚肉、鶏 もも肉	干しいたけ、ねぎ、にん じん、たくあん、だいこん、 しめじ、ごぼう	酒、煮干しだし汁・かつ おだし汁、みりん、しょ うゆ	お茶 ★おはぎ	●牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい	おもちゃつき	有
22 水	豚肉のしょうが焼き キャベツのごま和え 豆乳みそ汁	油、米、砂糖	味噌、豚肉、豆乳、ごま	ほうれんそう、ねぎ、にんじ ん、たまねぎ、しょうが、 キャベツ、かぼちゃ	煮干しだし汁・かつお だし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 ふわふわチップ	●牛乳 ★●メロンパン ⑦乳		無
23 木	菜っ葉ご飯 ☆おでん ⑦卵・魚 小松菜とえのきのごま味噌和え オレンジ	米、ねじりこんにゃく、砂 糖	味噌、厚揚げ、鶏もも肉、 ごま、☆うずら卵、 ☆ごぼう天	にんじん、だいこん、こまつ な、オレンジ、えのきたけ	みりん、しょうゆ	●牛乳 ごま入り味付いりこ	●ヤクルト ⑦乳 源氏パイ	終業式	有
24 金	●コーンシチュー ⑦乳(煮物) 野菜のマリネ かつおのふりかけ りんご	油、米、砂糖、じゃがい も	●牛乳、ベーコン	りんご、にんじん、たまね ぎ、だいこん、コーン缶、グ リンピース、クリームコー ン缶、きゅうり	酢、食塩、こしょう、 ●シチュールー	●牛乳 ひじきあられ	●牛乳 ★●レモンヨーグルト ドーナツ ⑦卵・乳		冬休み
25 土		全園児弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参				水筒 あられ等 ⑦持参おやつ	水筒 タルト等 ⑦持参おやつ		
27 月	☆年越しうどん ⑦卵・魚 ●鮭の西京焼き ⑦魚(豚肉のソテー) 春菊のおかか和え	うどん、砂糖	油揚げ、味噌、鶏もも肉、 ●鮭、☆かまぼこ	干しいたけ、にんじん、 カットわかめ、しゅんぎく、 はくさい	食塩、しょうゆ、酒、み りん、かつお節、かつお 昆布だし汁	お茶 ●せんべい等 ⑦対応おやつ	お茶 ●クッキー等 ⑦対応おやつ		
28 火		全園児弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参				水筒 ポーロ等 ⑦持参おやつ	水筒 せんべい等 ⑦持参おやつ		↓