

12月の献立表

2023年

| 日付 | 献立名 | 材料名 (〇は午後おやつ材料) | | | おやつ |
|----------------------|---|---|---|---|--|
| | | 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 | |
| 01金 | ご飯 炒り豆腐 小松菜とベーコンのソテー チーズ 牛乳(全園児) | 米、砂糖、油 | 牛乳、木綿豆腐、卵、豚ひき肉、チーズ、ベーコン | 〇みかん、こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン、しいたけ、にら | 〇みかん |
| 02土 | きつねうどん ブロッコリーと チーズのサラダ パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | ゆでうどん、砂糖 | 〇牛乳、鶏肉(もも皮なし)、チーズ、油揚げ、牛乳 | パイン缶、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ | 〇りんごのタルト 〇牛乳(全園児) |
| 12月 2〜5歳発表会 月 | | | | | |
| 04月 | ごましおご飯 かっぺいの天ぷら ほうれん草の錦糸あえ 田舎汁 | 米、小麦粉、〇焼ふ、油、〇バター、〇砂糖、砂糖 | 〇牛乳、かっぺい、木綿豆腐、錦糸卵、米みそ(甘みそ)、〇きな粉、油揚げ | ほうれん草、かぼちゃ、にんじん、葉ねぎ、しょうが | 〇おふのきなこラスク 〇牛乳(全園児) |
| 05火 | 麦ご飯 豚肉と大根の煮物 ジャーマンポテト みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 米、じゃがいも、〇食パン、〇バター、〇グラニュー糖、押麦、砂糖、油 | 〇牛乳、豚肉(もも・赤肉)、ウインナー、油揚げ、牛乳 | みかん缶、だいこん、にんじん、たまねぎ | 〇バターシュガー トースト 〇牛乳(全園児) |
| 06水 | コッペパン 鶏肉のケチャップ煮 ひじきのゴママヨサラダ りんご 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | コッペパン、〇ホットケーキミックス、〇さつまいも、エッグケア、砂糖、白ごま、〇砂糖、片栗粉 | 〇牛乳、鶏もも肉、〇調製豆乳、ひじき、牛乳 | たまねぎ、りんご、にんじん、きゅうり、コーン、レモン果汁 | 〇さつま芋蒸しパン 〇牛乳(全園児) |
| 07木 | ご飯 鱈の幽庵焼き かぶと人参の甘酢和え 豆腐とわかめのおみそ汁 | 米、砂糖 | 〇牛乳、さわら、木綿豆腐、ちくわ、米みそ(甘みそ)、カットわかめ | 〇バナナ、かぶ、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ、サラダ菜、しょうが | 〇バナナ 〇牛乳(全園児) |
| 08金 | 肉みそスパゲティ スパニッシュオムレツ チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | スパゲティ、じゃがいも、〇ポップコーン、砂糖、油、〇油、片栗粉、〇ルヴァン | 〇牛乳、卵、豚ひき肉、チーズ、ベーコン、米みそ(甘みそ)、牛乳 | たまねぎ、にんじん、もやし、グリーンピース | 〇クラッカー (たんぼぼ・ちゅーりっぷ) 〇ポップコーン (ゆり〜さくら) 〇牛乳(全園児) |
| 09土 | 牛たま井 粉ふき芋 パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 米、じゃがいも、砂糖 | 〇牛乳、牛肉(もも・赤肉)、卵、牛乳 | パイン缶、たまねぎ、にんじん、しらたき、しいたけ、葉ねぎ | 〇ピープ 〇牛乳(全園児) |
| 11月 | ご飯 白身魚の中華あんかけ ひじきと生揚げの煮物 バナナ 牛乳(全園児) | 米、砂糖、〇砂糖、片栗粉 | 牛乳、すけとうだら、〇ヨーグルト(無糖)、生揚げ、〇スキムミルク、ひじき | バナナ、〇みかん缶、〇パイン缶、にんじん、たまねぎ、しらたき、えのきたけ、しらたき、葉ねぎ、しょうが、いんげん | 〇フルーツヨーグルト |
| 12火 | ドライカレー ブロッコリーと卵のサラダ フルーツゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 〇さつまいも、米、油、カレールウ | 〇牛乳、豚ひき肉、卵、大豆(ゆで)、ツナ油漬、牛乳 | たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ピーマン | 〇ふかし芋 〇牛乳(全園児) |
| 13水 | ご飯 すき焼き風煮 根菜サラダ 切り干し大根のおみそ汁 | 米、〇味パン、〇油、砂糖、〇砂糖、〇グラニュー糖、油 | 〇牛乳、焼き豆腐、牛肉(もも・赤肉)、ハム、米みそ(甘みそ)、〇きな粉、油揚げ | たまねぎ、はくさい、にんじん、れんこん、ごぼう、しらたき、葉ねぎ、切り干しだいこん | 〇揚げパン 〇牛乳(全園児) |
| 14木 | ご飯 みそ肉じゃが ウインナー入り卵焼き おふのすまし汁 | じゃがいも、米、〇ホットケーキミックス、砂糖、焼ふ、〇油、油 | 〇牛乳、卵、豚肉(もも・赤肉)、〇調製豆乳、ウインナー、米みそ(甘みそ)、カットわかめ | たまねぎ、にんじん、〇バナナ、えのきたけ、グリーンピース(冷凍)、〇干しぶどう | 〇バナナマフィン 〇牛乳(全園児) |
| 15金 | 味パン 鮭のマヨドレ焼き ほうれん草とコーンのソテー パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 味パン、エッグケア、油 | 〇牛乳、さけ、牛乳 | 〇りんご、パイン缶、ほうれん草、コーン、にんじん、サラダ菜 | 〇りんご 〇牛乳(全園児) |

五日市すみれこども園

| 日付 | 献立名 | 材料名 (〇は午後おやつ材料) | | | おやつ |
|-----|---|--------------------------------------|--------------------------------------|---|------------------------------|
| | | 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 | |
| 16土 | みそラーメン かぼちゃのホクホク和え チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | ゆで中華めん、バター、砂糖 | 〇牛乳、豚肉(もも・赤肉)、チーズ、米みそ(甘みそ)、牛乳 | かぼちゃ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、コーン、葉ねぎ | 〇いちご スティックケーキ 〇牛乳(全園児) |
| 18月 | クリームスパゲティ もやしとウインナーのソテー コーンポテト 牛乳(全園児) | スパゲティ、〇米、じゃがいも、ホワイトソース、油、コンソメ、砂糖 | 牛乳、ウインナー、ベーコン、スキムミルク、〇チーズ、〇炊き込みわかめ | もやし、にんじん、たまねぎ、しめじ、しいたけ、エリンギ、コーン、パセリ | 〇わかめチーズ おむすび |
| 19火 | 食パン タンドリーチキン ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ みかん | 食パン、〇パイ生地、〇グラニュー糖、油、コンソメ | 〇牛乳、鶏肉(もも皮なし)、ツナ油漬、ヨーグルト(無糖) | みかん、ブロッコリー、にんじん、だいこん、たまねぎ、サラダ菜、パセリ | 〇シュガーパイ 〇牛乳(全園児) |
| 20水 | 麦ご飯 肉豆腐 春雨の酢の物 りんご 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 米、〇食パン、砂糖、はるさめ、押麦、白ごま、ごま油 | 〇牛乳、焼き豆腐、牛肉(もも・赤肉)、〇ピザ用チーズ、ハム、牛乳 | りんご、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しらたき、ねぎ、エリンギ、えのきたけ | 〇チーズトースト 〇牛乳(全園児) |
| 21木 | ご飯 白身魚のカレーあんかけ 小松菜と卵のソテー パイン缶 牛乳(全園児) | 米、じゃがいも、〇砂糖、油、カレールウ | 牛乳、すけとうだら、卵 | 〇ぶどう天然果汁、パイン缶、こまつな、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、干しいたけ | 〇グレープゼリー |
| 22金 | クロワッサン ポークビーンズ かぼちゃのサラダ 白菜とベーコンのスープ | クロワッサン、じゃがいも、エッグケア、油、コンソメ | 〇牛乳、豚肉(もも・赤肉)、だいず水煮、ベーコン、鶏がらスープ | 〇バナナ、たまねぎ、かぼちゃ、はくさい、にんじん、きゅうり、グリーンピース、干しぶどう | 〇バナナ 〇牛乳(全園児) |
| 23土 | 親子丼 さつま芋の甘煮 みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 米、さつまいも、砂糖 | 〇牛乳、卵、鶏肉(もも皮なし)、かまぼこ、牛乳 | みかん缶、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ | 〇レモンカステラ 〇牛乳(全園児) |
| 25月 | リース型ピラフ ハンバーグ ポテトサラダ クリスマスゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | じゃがいも、米、〇ホットケーキ粉、エッグケア、〇砂糖、〇油、コンソメ、油 | 〇牛乳、合びきミンチ、〇調製豆乳、〇豆乳生クリーム、ハム、木綿豆腐、牛乳 | たまねぎ、にんじん、いちご、コーン缶、きゅうり、サラダ菜、パセリ | 〇クリスマスケーキ 〇牛乳(全園児) |
| 26火 | ゆかりご飯 カレーの煮つけ 白菜とチーズのサラダ かき卵汁 | 米、〇マカロニ、砂糖、片栗粉、〇油 | 〇牛乳、かっぺい、卵、チーズ、〇合びきミンチ、カットわかめ | はくさい、たまねぎ、〇たまねぎ、にんじん、トウモロコシ、〇ピーマン、しょうが | 〇マカロニポリタン 〇牛乳(全園児) |
| 27水 | ブルコギ丼 大根とツナの中華和え バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | 〇さつまいも、米、砂糖、片栗粉、白ごま、ごま油 | 〇牛乳、牛肉(もも・赤肉)、ツナ油漬、米みそ(甘みそ)、牛乳 | バナナ、だいこん、たまねぎ、にんじん、しめじ、えのきたけ、にら、しょうが | 〇焼き芋 〇牛乳(全園児) |
| 28木 | ご飯 高野豆腐の卵とじ 花野菜のサラダ じゃがいものおみそ汁 | 米、じゃがいも、砂糖、〇砂糖 | 〇牛乳、卵、ハム、凍り豆腐、〇クリームチーズ、米みそ(甘みそ)、油揚げ | たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、カリフラワー、しいたけ、コーン、えのきたけ、葉ねぎ、いんげん | 〇クリームチーズ カナッペ 〇牛乳(全園児) |
| 29金 | 年越しうどん ベイクドポテト パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり) | ゆでうどん、じゃがいも、油 | 〇牛乳、鶏肉(胸皮なし)、米みそ(甘みそ)、かまぼこ、油揚げ、牛乳 | パイン缶、はくさい、にんじん、葉ねぎ、パセリ | 〇メロンパン 〇牛乳(全園児) |



は、手作りおやつです。



は、お誕生日会です。



は、ひまわり組とさくら組はすみれわくわくランチの日です。

3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。

