



# 12月こんだて



熱量456kcal

タンパク質16.4mg

平成29年  
吉祥院保育園

ひよこ あひる

	献立		おやつ		材	料	おやつ
11 ・ 25 (月)	ごはん 手羽元のさっぱり煮 薩摩芋サラダ コーンスープ	米 手羽元 砂糖 醤油 酢 薩摩芋 人参 胡瓜 玉葱 (ハム) マヨネーズ クリームコーン缶 玉葱 人参 (ベーコン) パセリ チキンコンソメ	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳	4 ・ 18 (月)	ごはん 豆腐と豚肉の炒め 薩摩芋煮 味噌汁	米30 豆腐 豚肉 人参 玉葱 (こんにゃく) 砂糖 醤油 (しめじ) 油 薩摩芋 砂糖 醤油 白菜 人参 青葱 昆布 味噌	黒糖蒸しパン 小麦粉 卵 黒砂糖 牛乳 白胡麻 油 ベーキングパウダー 牛乳
12 ・ 26 (火)	ごはん 煮魚(鯖) 白菜の煮びたし 澄まし汁	米40 鯖 砂糖 醤油 みりん 白菜 人参 薩摩芋 (油揚げ) 砂糖 醤油 ソーメン わかめ 青葱 昆布 味噌	おにぎり 米 醤油 花鰹 牛乳	5 ・ 19 (火)	ごはん 松風焼き 白菜の和え物 澄まし汁	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 青葱 卵 パン粉 砂糖 味噌 いり胡麻 白菜 人参 (かまぼこ) 砂糖 醤油 麩 (なめこ) 玉葱 昆布 鰹 薄口醤油	リンゴジャムサンド リンゴ 砂糖 レモン 食パン 牛乳
27 (水)	ごはん すき焼き風煮 胡瓜の酢漬け 味噌汁	米 豚肉 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 青葱 (こんにゃく) 砂糖 醤油 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 ごぼう 青梗菜 昆布 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳	6 (水)	ごはん 鶏の照り煮 南瓜と野菜の煮物 味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 南瓜 大根 人参 蓮根 グリーンピース 砂糖 醤油 そうめん 法蓮草 昆布 味噌	すいとん すいとん粉 水 豚肉 人参 昆布 鰹節 砂糖 醤油 牛乳
14 ・ 28 (木)	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 かす汁	米 豚ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース 砂糖 醤油 大根 人参 (油揚げ) 青葱 昆布 味噌	コーンケーキ 小麦粉 砂糖 牛乳 卵 コーン ベーキングパウダー 28日米粉ケーキ 米粉 牛乳 砂糖 ベーキングパウダー	7 (木)	ごはん 煮魚 野菜の煮物 かぶとしめじのスープ	米 鮭 砂糖 醤油 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 ごぼう 砂糖 醤油 油 かぶ 玉葱 人参 (しめじ) 昆布 コンソメ	蒸し芋 薩摩芋 牛乳
1 ・ 15 (金)	ごはん 野菜の煮物 味噌汁	米 ささみ ひじき 蓮根 薩摩芋 人参 砂糖 醤油 麩 大根 昆布 味噌	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ 牛乳	8 ・ 22 (金)	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 パセリ 牛乳 シチュールー 小麦粉 チキンコンソメ キャベツ 胡瓜 人参 (ハム) 砂糖 醤油 酢 胡麻油	メロンパン8日 バナナ22日 牛乳
2 (土)	カレーうどん 薩摩芋のおかか煮	うどん 豚肉 人参 玉葱 青葱 片栗粉 カレールウ 昆布 鰹節 砂糖 醤油 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油 花鰹	スナックスティック 牛乳	9 (土)	ささみあんかけうどん 野菜煮	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草3 昆布 鰹節 砂糖 醤油 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油	黒糖ロールパン 牛乳
備 考	6日(水)お弁当保育 20日(水)クリスマス会 らいおんぐみ遠足 ☆炊き込みピラフ 米 マーガリン 人参 玉葱 (ベーコン) 13日(水)お弁当保育 コーン (マッシュルーム) 塩 グリンピース らいおんぐみのみ ☆鶏の照り煮 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 ひよこぐみのみ給食 ☆野菜サラダ 白菜 胡瓜 人参 トマト マヨネーズ ☆コンソメスープ おやつ かぶ 人参 玉葱 わかめ もやし 昆布 焼きポテト 牛乳 チキンコンソメ	※おやつ クリスマスケーキ 小麦粉 砂糖 卵 油 イチゴジャム ベーキングパウダー 生クリーム 苺 牛乳	21日(木)誕生会 ごはん ☆鮭のタルタル焼き ☆じゃが芋入りソテー ☆味噌汁 おやつ パンの耳のかりんとう 食パン 砂糖 水 ☆牛乳	16日(土) 生活発表会 持ち帰り給食 ☆米粉パン コーンパン りんごジュース			

※天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

※保育園では、ひよこぐみ、あひるぐみは、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)ベーコン、ハム、油揚げ、厚揚げは、味が濃く噛みにくいので抜いています。