



12月こんだて



熱量 419kcal タンパク質 17.5g(ひよこ)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
1 ・ 15	ごはん おでん バナナ	米 大根 じゃが芋 人参 うずら卵 砂糖 醤油 昆布 バナナ	ココアサンド 食パン ココア グラニュー糖 マーガリン	8 ・ 22	ごはん 高野豆腐の中華風煮 きゅうりの酢漬け	米 高野豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 ごま油 きゅうり 砂糖 醤油 酢	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖
(月)	味噌汁	麩 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	じゃが芋 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
2 ・ 16	ごはん 鯛煮 ひじき入り胡麻和え	米 鯛 醤油 砂糖 キャベツ 胡瓜 人参 ひじき 砂糖 醤油 胡麻	豚汁 豚肉 大根 人参 キャベツ ごぼう 青葱 昆布 鰹節 味噌	9 ・ 23	ごはん ポークチャップ ゆで卵	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン ケチャップ コンソメ 油 卵	みかん ビスケット
(火)	澄まし汁	豆腐 玉葱 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(火)	味噌汁	ソーメン 茄子 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
3 ・ 17	(3)ごはん(17)おかかごはん ハンバーグ カラフルソテー	米 鰹節 薄口醤油 ごぼう 人参 味付け海苔 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 パン粉 牛乳 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 片栗粉 ブロッコリー 人参 玉葱 黄パプリカ コンソメ 油 薄口醤油	大学芋 薩摩芋 砂糖 醤油 酢 水 黒胡麻	24	野菜うどん 南瓜の煮物	うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油	☆韓国風おにぎり 米 ツナ 切干大根 醤油 マヨネーズ 海苔 いり胡麻 胡麻油 牛乳
(水)	味噌汁	大根 青梗菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)			
4 ・ 18	ごはん 肉豆腐の卵とじ風 たたきごぼう	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 青梗菜 卵 砂糖 醤油 片栗粉 油 ごぼう 砂糖 醤油 白胡麻	プレーンケーキ 小麦粉 マーガリン 砂糖 卵 ベーキングパウダー	11	ごはん てりやきチキン ポテトサラダ	米 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ	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
(木)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	コンソメスープ	キャベツ 玉葱 コンソメ 昆布	牛乳
5 ・ 19	クリームシチュー マカロニサラダ	米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 シーチキン 油 砂糖 醤油 酢 ごま油	麩ラスク 麩 マーガリン 砂糖	12 ・ 26	ごはん 焼き魚 根野菜のおかか和え	米 鮭 大根 人参 蓮根 鰹節 砂糖 醤油	(12日)セサミトースト 食パン 砂糖 マーガリン すり胡麻 (26日)ブリオッシュ
(金)			牛乳	(金)	味噌汁	白菜 青葱 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳
6 ・ 20	衣笠うどん ジャーマンポテト	うどん 鶏肉 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 油	ぶどうパン	27	中華丼 味噌汁	米 豚肉 人参 玉葱 白菜 ピーマン 酒 みりん 砂糖 醤油 ごま油 薩摩芋 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	スナックスティックパン
(土)			牛乳	(土)			牛乳
備 考	10(水) お弁当保育 (おやつ) ☆米粉のスノーボールクッキー・米粉 きな粉 砂糖 油 マーガリン 豆乳 粉糖 13(土) 発表会		17(水) お誕生日会	25(木)クリスマス会 ごはん てりやきチキン ポテトサラダ コンソメスープ *クリスマスケーキ (おやつ) *米粉クッキー	米 塩 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ キャベツ 玉葱 コンソメ 昆布 小麦粉 りんご 卵 砂糖 油 レモン ベーキングパウダー 生クリーム 砂糖 苺 黄桃 米粉 砂糖 マーガリン コーンスターチ *牛乳	27(土) 保育納め	