



令和5年度 12月給食献立

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。



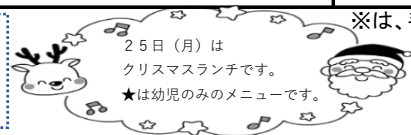
若鮎こども園

栄養士:片山

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 金	虹いろ ごはん	鯖の葱ポン酢焼き ほうれん草のピーナッツ和え	さつまいもの 味噌汁	虹色米 米 鯖 白葱 ポン酢 ほうれん草 人参 もやし 粉末ピーナッツ さつまいも 玉葱 わかめ 味噌	※野菜スティック (大根・人参・ごぼう) お茶
2 土		具だくさん牛丼	味噌汁	米 牛肉 玉葱 人参 椎茸 えのき茸 青葱 小松菜 油揚げ 味噌	
4 月	ごはん	野菜たっぷり焼肉 一食納豆	かぶの味噌汁	米 牛肉 キャベツ 人参 玉葱 エリンギ 納豆 かぶ わかめ 味噌 焼肉のたれ	※いちごムース お茶
5 火	虹いろ ごはん	カレイの磯辺揚げ 白菜とりんごのサラダ	豆乳味噌汁	虹色米 米 カレイ 天ぷら粉 青のり 白菜 胡瓜 りんご じゃが芋 人参 玉葱 青葱 味噌 豆乳	キヌアかりんとう 野菜入りソフトせん 豆乳
6 水	ごはん	根菜カレー 甘酢キャベツ ☆ロボットランチ(ほしホーム)		米 豚肉 里芋 人参 玉葱 れんこん ほうれん草 カレールウ キャベツ 米 じゃが芋 大根 れんこん 人参 玉葱 里芋 ほうれん草 豚肉 カレールウ 焼きのり チーズ キャベツ	おこめパフ(ココア味) きなこ餅 豆乳
7 木	ごはん	タラのごまマヨ焼き ブロッコリーソテー ☆おたから発見ランチ(はなホーム)	オニオン スープ	米 タラ 卵なしマヨネーズ すりごま コーン ブロッコリー バター 玉葱 ベーコン 人参 パセリ 米 豚ミンチ 玉葱 中華麺 人参 ブロッコリー コーン バター ケチャップ ベーコン パセリ お好み焼きソース	※フライビーンズ お茶
8 金	ごはん	クリームシチュー 大根のマリネ ☆あまがえる先生の実験プレート(にじホーム)		米 鶏もも肉 じゃが芋 玉葱 グリンピース 大根 人参 胡瓜 ホワイトシチュールウ ロールパン ちくわ 胡瓜 ハム チーズ 人参 大根 鶏もも肉 じゃが芋 玉葱 グリンピース ホワイトシチュールウ	源氏パイ 米粉のロールクッキー 豆乳
9 土		なかよしコンサート(パン りんごジュース)			
11 月		お弁当バンザイ			おとうふ屋さんのビスケット 豆もち お茶
12 火	虹いろ ごはん	豚肉の生姜焼き キャベツのごま和え 味噌鍋(ほしホーム)	もやしの 味噌汁	虹色米 米 豚肉 玉葱 土生姜 キャベツ 人参 すりごま もやし わかめ 味噌 豚肉 キャベツ 油揚げ えのき茸 もやし しめじ 味噌 ちくわ 人参 絹豆腐 大根 コーン わかめ 中華麺	ねじねじあられ するめ 豆乳
13 水	虹いろ ごはん	高野豆腐のから揚げ 春菊のおかか和え	南瓜の味噌汁	虹色米 米 高野豆腐 土生姜 にんにく 春菊 白菜 人参 花かつお 南瓜 玉葱 青葱 味噌	※ピザ 豆乳
14 木	ゆかり ごはん	ひじき入り卵焼き れんこんサラダ	赤だし	米 ゆかり 卵 ひじき 人参 ツナ れんこん グリンピース 胡瓜 おつゆ麩 玉葱 しめじ 赤味噌	干し芋 お茶
15 金	虹いろ ごはん	鯖の味噌煮 白和え	すまし汁	虹色米 米 鯖 土生姜 味噌 ほうれん草 人参 干し椎茸 こんにゃく 木綿豆腐 すりごま 花麩 玉葱 三つ葉	※マカロニあべかわ 豆乳
16 土		炊き込みごはん	味噌汁	米 鶏むね肉 人参 しめじ ごぼう チンゲン菜 油揚げ 味噌	
18 月	虹いろ ごはん	肉豆腐の煮物 大根の梅和え	春菊の味噌汁	虹色米 米 牛肉 焼き豆腐 玉葱 白葱 こんにゃく 大根 胡瓜 人参 青じそドレッシング 梅肉 春菊 油揚げ 味噌	※玄米おにぎり(おかか) お茶
19 火	虹いろ ごはん	ブリの照り焼き 水菜の塩こぶ和え 寄せ鍋(はなホーム)	えのきの 味噌汁	虹色米 米 ブリ 土生姜 水菜 白菜 人参 塩昆布 すりごま えのき茸 玉葱 わかめ 味噌 ブリ エビ 白菜 大根 えのき茸 白葱 人参 水菜 絹豆腐 椎茸 マロニー わかめ うどん	ミレービスケット おやつ昆布 豆乳
20 水	虹いろ ごはん	豚肉とさつまいもの甘酢炒め 小松菜サラダ	豆腐の味噌汁	虹色米 米 豚肉 さつまいも 玉葱 小松菜 人参 もやし ベーコン ポン酢 絹豆腐 青葱 味噌	みかん お茶
21 木	菜めし	ししゃものカレー風味天ぷら チンゲン菜ソテー	麩の味噌汁	米 菜めしの素 ししゃも 天ぷら粉 カレー粉 人参 チンゲン菜 コーン おつゆ麩 玉葱 わかめ 味噌	おやつバイキング 豆乳
22 金	虹いろ ごはん	鶏肉の味噌焼き 南瓜のいとこ煮	すまし汁	虹色米 米 鶏もも肉 味噌 南瓜 ゆで小豆 人参 いんげん 玉葱 しめじ ほうれん草 柚子	※揚げパン 豆乳
23 土		お弁当 			
25 月	コーン ピラフ ★ライス コロケ	ローストチキン コールスローサラダ シャンメリー(乳児はりんごジュース)	コンソメ スープ	米 牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 コーン 鶏もも肉 土生姜 キャベツ 人参 ベーコン 卵なしマヨネーズ ★ケチャップ ★パセリ	※クリスマスケーキ  豆乳
26 火	虹いろ ごはん	ツナ入り卵焼き きんぴらごぼう	粕汁	虹色米 米 卵 ツナ 玉葱 ごぼう 人参 いりごま 大根 ちくわ 青葱 酒粕	りんご お茶
27 水	年越し うどん	タラの塩こうじ焼き ブロッコリーのゆかり和え		うどん 人参 すし揚げ かまぼこ わかめ タラ 塩こうじ ブロッコリー ゆかり	サクッとあられ ミニいも花子 豆乳
28 木		お弁当			黒豆きなこあられ あげまる お茶

☆印の給食は、なかよしコンサートに関連した給食で、そのクラスのみ提供となります。
6日(水)ほしホーム、7日(木)はなホーム、8日(金)にじホームです。

鍋給食
12日(火)ほしホーム
19日(火)はなホーム



※は、手作りおやつです。