

12月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

毎食牛乳がつきます。ヨーグルト、牛乳を主とした献立のときは麦茶になります。

2018年度

午前食

午後食

1 15 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・野菜スープ ・マカロニグラタン ・ブロッコリーコーンサラダ ・果物 ・チキンライス ・野菜スープ ・小松菜サラダ ・果物 	(1日) (15日)	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
3 17 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (人参、白菜、油揚げ、煮干し、味噌) ・鶏肉の酢醤油煮 (じゃが芋、鶏もも肉、だし、昆布、砂糖、醤油、米酢) ・ほうれん草のお浸し (ほうれん草、人参、だし、醤油) 		<ul style="list-style-type: none"> ・アップルケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、りんご、卵、牛乳、バター、なたね油、砂糖) ・かぶのゆかり和え (かぶ、ゆかり、塩) ・果物
4 18 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・野菜スープ (玉葱、人参、しめじ、小葱、なたね油、だし、塩、醤油) ・チリコンカン (大豆、玉葱、セロリ、トマト缶、にんにく、牛挽肉、ベーコン、なたね油、塩、ケチャップ) ・マセドアンサラダ (じゃが芋、人参、胡瓜、ハム、塩、米酢、ノンエッグマヨネーズ) 		<ul style="list-style-type: none"> ・五目おにぎり (米、麦、人参、筍、干し椎茸、鶏挽肉、昆布、砂糖、醤油、塩、酒) ・ふかし芋 (ふかし芋) ・果物
5 19 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・すまし汁 (わかめ、小葱、絹ごし豆腐、だし、塩、醤油) ・魚の味噌焼き (魚、小葱、砂糖、味噌、みりん、酒) ・炒めビーフン (片栗粉、ビーフン、人参、ニラ、筍、豚挽肉、胡麻油、だし、塩、醤油、酒、オイスターソース) ・じゃが芋の煮物 (じゃが芋、だし、砂糖、醤油、みりん) 		<ul style="list-style-type: none"> ・チョコクリームパン (食パン、小麦粉、ココア、牛乳、バター、砂糖) ・大根の煮物 (大根、昆布、砂糖、醤油) ・果物
6 20 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、わかめ、煮干し、味噌) ・鶏の唐揚げ (小麦粉、鶏もも肉、にんにく、生姜、なたね油、胡麻油、砂糖、塩、醤油、オイスターソース) ・ごぼうこんにやく煮 (糸こんにやく、ごぼう、干し椎茸、だし、砂糖、醤油、みりん) ・青菜のおかか和え (小松菜、人参、かつお節、醤油) 		<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルトケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、白胡麻、卵、ヨーグルト、バター、砂糖) ・大根のしらすドレッシング和え (大根、しらす、昆布、胡麻油、砂糖、醤油、米酢) ・果物
7 21 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ちゃんぽんうどん (乾麺、人参、白菜、もやし、にら、小葱、コーン、しめじ、豚挽肉、白すり胡麻、豆乳、だし、塩) ・ほうれん草サラダ (ほうれん草、コーン、ツナ、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢) ・ミニトマト 		<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりおにぎり (米、麦、ゆかり、白胡麻) ・じゃが芋の磯揚げ (小麦粉、片栗粉、じゃが芋、青のり、なたね油、塩) ・果物
8 22 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・ピラフ ・スープ ・ハヤシライス ・ほうれん草のベーコンのソテー ・ナムル ・果物 ・クリームポテト ・果物 	(8日) (22日)	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
10 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・納豆ご飯 (米、麦、人参、青菜、納豆、だし、醤油) ・味噌汁 (しめじ、えのき茸、小葱、煮干し、味噌) ・じゃが芋と鶏肉の揚げ煮 (じゃが芋、豚元、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒) ・わかめ酢 (胡瓜、わかめ、しらす、砂糖、塩、醤油、米酢) 		<ul style="list-style-type: none"> ・黒糖きな粉マカロニ (マカロニ、きな粉、黒糖) ・煮ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油) ・果物
11 25 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・食パン ・ミニトマト ・コーンクリームスープ (小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、コーンクリーム缶、牛乳、バター、なたね油、だし、塩) ・鮭のフライ (小麦粉、パン粉、鮭、塩、酒) ・キャベツサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、なたね油、砂糖、塩、米酢) 		<ul style="list-style-type: none"> ・ごぼうの炊き込みおにぎり (11日) (米、麦、人参、ごぼう、油揚げ、鶏挽肉、砂糖、塩、醤油、酒) ・塩もみ胡瓜 (胡瓜、塩) ・果物 ・クリスマスおやつ (25日)
12 26 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (人参、かぶ、青梗菜、煮干し、味噌) ・厚揚げとじゃが芋の挽肉あんかけ (片栗粉、じゃが芋、玉葱、厚揚げ、豚挽肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒、みりん) ・五目お浸し (人参、小松菜、もやし、コーン、白胡麻、だし、醤油) 		<ul style="list-style-type: none"> ・はちみつバターパン (食パン、バター、はちみつ) ・人参のおかか和え (人参、かつお節、醤油) ・果物
13 27 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (人参、キャベツ、煮干し、味噌) ・焼き魚 (魚、塩、醤油、酒) ・炒り鶏 (糸こんにやく、人参、大根、ごぼう、グリーンピース、干し椎茸、鶏もも肉、胡麻油、だし、砂糖、塩、醤油、酒) ・ほうれん草の磯和え (ほうれん草、海苔、だし、醤油) 		<ul style="list-style-type: none"> ・ドーナツ (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、牛乳、バター、なたね油、はちみつ、砂糖) ・大根のサワー漬け (大根、昆布、なたね油、砂糖、塩、醤油、米酢) ・果物
14 28 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、小麦粉、玉葱、人参、ピーマン、マッシュルーム、セロリ、トマト缶、にんにく、豚挽肉、なたね油、バター、塩、ケチャップ) ・ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、ハム、塩、ノンエッグマヨネーズ) ・ヨーグルト 		<ul style="list-style-type: none"> ・しらすおにぎり (米、麦、しらす、昆布、塩) ・花豆の煮物 (花豆、砂糖、醤油) ・果物

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

※土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。

今月使用している旬の食材

かぶ、キャベツ、ごぼう、小松菜、大根、白菜、ブロッコリー、ほうれん草、さつまいも、みかん、りんご