

12月献立表

阿佐谷保育園 1歳

2019年度

毎食牛乳が付きまます。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。

午前食

午後食

| | | |
|-----------------|---|---|
| 2 16 (月) | <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (人参、キャベツ、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、なたね油、砂糖) ・かぶのゆかり和え (かぶ、ゆかり、塩) ・果物 |
| 3 17 (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 (大福豆、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) ・厚揚げの煮物 (厚揚げ、だし、砂糖、醤油) ・果物 |
| 4 18 (水) | <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (なめこ、小葱、絹ごし豆腐、煮干し、味噌) ・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) ・南瓜の甘煮 (南瓜、砂糖) | <ul style="list-style-type: none"> ・チョコクリームパン (食パン、小麦粉、ココアパウダー、牛乳、バター、砂糖) ・大根のサワー漬け (大根、胡麻油、砂糖、醤油、米酢) ・果物 |
| 5 19 (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、片栗粉、にんにく、生姜、鶏もも肉、胡麻油、砂糖、塩、醤油、酒) ・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、牛乳、バター、砂糖) ・人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油) ・果物 |
| 6 20 (金) | <ul style="list-style-type: none"> ・ちゃんぽんうどん (乾麺、人参、キャベツ、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) ・カレーポテトサラダ (じゃが芋、玉葱、グリーンピース、豚挽肉、塩、カレー粉) ・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) ・酢ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油、米酢) ・果物 |
| 7 21 (土) | <ul style="list-style-type: none"> ・パン ・野菜スープ ・マカロニグラタン (7日) ・のサラダ ・果物 ・チキンライス ・野菜スープ (21日) ・小松菜サラダ ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立 |
| 9 23 (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) ・さつま芋と鶏肉の揚げ煮 (さつま芋、隠元、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 |
| 10 24 (火) | <ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・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、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 (米、麦、ごぼう、人参、油揚げ、鶏挽肉、砂糖、塩、醤油、酒) ・こんにやくの煮物 (こんにやく、砂糖、醤油、酒) ・果物 |
| 11 25 (水) | <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (かぶ、小松菜、油揚げ、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"> ・豆乳ブラウニー (小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、はちみつ、豆乳、なたね油、砂糖) ・ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、かつお節、醤油) ・果物 |
| 12 26 (木) | <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (人参、キャベツ、小葱、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) ・ほうれん草のお浸し (ほうれん草、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、はちみつ、バター、なたね油、牛乳、砂糖) ・大根の煮物 (大根、砂糖、醤油、だし) ・果物 |
| 13 27 (金) | <ul style="list-style-type: none"> ・ミートソーススパゲティ (スパゲティ、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、豚挽肉、バター、なたね油、だし、塩、ケチャップ) ・大根サラダ (大根、わかめ、ツナ缶、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢) ・ミニトマト | <ul style="list-style-type: none"> ・しらすおにぎり (米、麦、しらす、白胡麻、醤油) ・花豆の煮物 (花豆、砂糖、醤油) ・果物 |
| 14 28 (土) | <ul style="list-style-type: none"> ・ピラフ ・ナムル (14日) ・スープ ・果物 ・ハヤシライス ・クリームポテト (28日) ・ほうれん草とベーコンのソテー ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立 |

※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、大根、玉葱、チンゲン菜、人参、白菜、ブロッコリー、ほうれん草、さつま芋