

献立表

2015年12月

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの 体の調子を整えるもの	
1	火	ごはん 白身魚のすりやき キャベツとたまごのサラダ	牛乳 鶏おこわ	米、もち米、油	みかん、キャベツ、にんじ ん、きゅうり、そのきたけ、 ごぼう、こんぶ(だし用)、 しいたけ	牛乳 せんべい
2	水	ごはん 鶏肉からあげ シルバーサラダ	りんご蒸しパン 牛乳	米、小麦粉、はるさ め、マヨネーズ、片栗 粉、砂糖、油、焼ふ	みかん、きゅうり、りんご、 にんじん、こんぶ(だし 用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
3	木	みそ汁 ごはん ぶりでりやき ごもくにまめ	じゃこトースト 牛乳	米、食パン、マヨネー ズ、砂糖、油	りんご、はくさい、たけの こ(ゆで)、にんじん、こん ぶ(だし用)、干しいた け	せんべい 牛乳
4	金	ごはん 麻婆豆腐 はるさめの酢の物 中華風コーンスープ	たきこみごはん 牛乳	米、はるさめ、片栗 粉、砂糖、ごま油	みかん、クリームコーン 缶、ねぎ、しめじ、にんじ ん、えのきたけ、きゅうり、 菜みづば、干しいた け、カットわかめ	せんべい 牛乳
5	土	ごはん やきにく ナムル みそ汁	ゼリー・おかし	米、ごま油、油、砂 糖、片栗粉	みかん、たまねぎ、ほうれ んそう、もやし、赤ピーマ ン、ピーマン、こんぶ(だ し用)、カットわかめ、にん じく、しょうが	せんべい 牛乳
6	日					
7	月	ごはん 鶏肉の塩こうじやき ツナサラダ みそ汁	牛乳 トワロン	米、春巻きの皮、油	りんご、キャベツ、だいご やし、にんじん、たまね ん、きゅうり、バナナ、コー ン缶、こんぶ(だし用)、 カットわかめ	せんべい 牛乳
8	火	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ほうれん草じやこあえ みそ汁	牛乳 スープスパゲティ	米、スパゲティー、小 麦粉、砂糖、焼ふ	みかん、ほうれんそう、も ぎ、きゅうり、マッシュルー ム、こんぶ(だし用)、パセ リ、カットわかめ、しょうが	せんべい 牛乳
9	水	けんちんうどん 切干大根のナムル みかん	ミルク蒸しパン 牛乳	干しうどん、さといも、 小麦粉、砂糖、ごま油	みかん、だいご、きゅう り、ねぎ、切り干しだいご にん、にんじん、ごぼう、こ んぶ(だし用)	せんべい 牛乳
10	木	ごはん みそチキンカツ 青菜のいため煮 すまし汁	シュガートースト 牛乳	米、食パン、油、砂 糖、パン粉、マーガリ ン、小麦粉、片栗粉	みかん、ごまつな、ねぎ、 にんじん、こんぶ(だし 用)	せんべい 牛乳
11	金	ごはん 鶏肉のみそやき ひじきのごまあえ みそ汁	ヨーグルト・おかし	米、砂糖	りんご、キャベツ、もやし、 きゅうり、ひじき、こんぶ (だし用)	せんべい 牛乳
12	土	おたのしみ会				
13	日					
14	月	ごはん 鮭のマヨネーズやき うのはな 豚汁	やきそば 牛乳	米、焼そばめん、マ ヨネーズ、砂糖	りんご、もやし、キャベツ、 だいご、にんじん、たま ねぎ、ねぎ、そのきたけ、 ごぼう、こんぶ(だし用)、 干しいたけ	せんべい 牛乳
15	火	ごはん カレー もやしのサラダ りんご	マドレーヌ 牛乳	じゃがいも、米、小麦 粉、砂糖、マヨネー ズ、油	りんご、たまねぎ、もや し、にんじん、キャベツ、 コーン缶	せんべい 牛乳
16	水	すきやき丼 パン・サンスー みかん みそ汁	牛乳 ワインナロール	米、さといも、食パン、 しらたき、砂糖、はるさ め、ごま油	みかん、たまねぎ、きゅう り、キャベツ、にんじん、こ んぶ(だし用)	せんべい 牛乳

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの 体の調子を整えるもの	
17	木	ごはん 根菜のハンバーグ マカロニサラダ みそ汁	野菜ピラフ 牛乳	米、マカロニ、マヨ ネーズ、パン粉	みかん、たまねぎ、にんじ ん、コーン缶、きゅうり、え のきたけ、ごぼう、れんこ ん、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
18	金	みそラーマン ポテト揚げ餃子 いちご	牛乳 黒ごまケーキ	じゃがいも、生中華め ん、ホットケーキ粉、マヨ ネーズ、砂糖	いちご、コーン缶、ぶどう 缶、にんじん、ねぎ、にら み、豆腐、ゆであず き缶、きな粉、黒ごま	せんべい 牛乳
19	土	ごはん 鶏肉でりやき わかめのサラダ みそ汁	ゼリー・おかし	米、じゃがいも、油	みかん、きゅうり、コーン 缶、たまねぎ、こんぶ(だ し用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
20	日					
21	月	ごはん 鶏肉つくねやき 切干大根炒り煮 みそ汁	フルーツサンド 牛乳	米、食パン、パン粉、 砂糖、油、片栗粉	りんご、かぼちゃ、にんじ ん、たまねぎ、切り干しだ いご、もも缶、みかん 缶、こんぶ(だし用)	せんべい 牛乳
22	火	パン クリームシチュー りんごサラダ みかん	きつねうどん 牛乳	ロールパン、じゃがい も、干しうどん、油、砂 糖	みかん、たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、りんご、きゅ うり、ねぎ、ブロッコリー	せんべい 牛乳
23	水	天皇誕生日 みそ汁				
24	木	ごはん 鶏肉・マレード焼き れんこんのきんぴら みそ汁	牛乳 ふかしもち	さつまいも、米、坂こ んにやく、油、砂糖	れんこん、にんじん、はく さい、マーマレード、こん ぶ(だし用)	せんべい 牛乳
25	金	人参ピラフ チキンの茶揚げ スキークサモンのサラダ コンソメジュリアン	ケーキ 牛乳	米	いちご、レタス、たまね ぎ、にんじん、トマト、キャ ベツ、セロリー、クレソン・ みずがらし、はつかだい こん、パセリ、ねぎ、レモ ン	せんべい 牛乳
26	土	ごはん 肉じゃが はるさめサラダ みそ汁	ゼリー・おかし	米、じゃがいも、はるさ め、油、砂糖	みかん、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、こんぶ(だ し用)、カットわかめ	せんべい 牛乳
27	日					
28	月	ごはん 鶏肉・マスタートやき 小松菜の納豆あえ みそ汁	アメリカンドック 牛乳	米、じゃがいも、ホット ケーキ粉、油、砂糖、 ごま油	りんご、ごまつな、たまね ぎ、にんじん、こんぶ(だ し用)、パセリ	せんべい 牛乳
29	火	年末休園				
30	水	年末休園				
31	木	年末休園				

☆午前おやつは乳児のみです。  
☆都合により変更することもあります。  
☆お誕生日会は18日、クリスマス会は25日です。  
☆麦茶がでています。

