

12月の給食・おやつメニュー

※アレルギー用の献立表は別紙にて配布します。※ごはんは七分づき米を使用しています。

月	火	水	木	金	土
2 ●菜飯ごはん/菜飯の素 ●厚焼き卵卵/人参/青ネギ/玉ねぎ/ツナフレーク/油/しょうゆ/三温糖 ●青菜の海苔和え小松菜/ほうれん草/えのき/人参/三温糖/しょうゆ/海苔 ●みそ汁豆腐/油揚げ/わかめ/かつおだし/みそ 午前●ヨーグルト 午後●さつまいもスティック	3 ●ごはん ●肉じゃが牛肉/じゃがいも/玉ねぎ/人参/糸こんにゃく/いんげん/酒/三温糖/しょうゆ/みりん ●大根のサラダ大根/ブロッコリー/きゅうり/人参/カニかまぼこ/三温糖/味ボン ●みそ汁キャベツ/油揚げ/しめじ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●フルーツ(オレンジ) 午後●ヨーグルトパフェ	4 ●ごはん ●ホキのかば焼きホキ/酒/三温糖/しょうゆ/みりん/小麦粉 ●きゅうりの酢の物きゅうり/わかめ/人参/ちりめんじゃこ/酢/三温糖/しょうゆ ●みそ汁豆腐/油揚げ/玉ねぎ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●ビスコ 午後●ジャムサンド	5 ●ハヤシライスごはん/豚肉/じゃがいも/玉ねぎ/人参/ハヤシルウ/ケチャップ/油/グリーンピース ●白菜のごま和え白菜/きゅうり/人参/三温糖/しょうゆ/すりごま ●フルーツみかん 月組：おにぎり給食 午前●チーズ 午後●フルーチェ	6 ●きざみうどんうどん/油揚げ/玉ねぎ/人参/かまぼこ/わかめ/うすくちしょうゆ/三温糖/みりん/かつおだし/青ねぎ ●フルーツバナナ 月・星組：パン給食 午前●ウエハース	7 お遊戯 フェスティバル (光・夢組休院)
9 ●ごはん ●鶏と野菜の焼きつくね●しゅうまい ●森もりサラダしいたけ/えのき/しめじ/人参/キャベツ/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●みそ汁もやし/ちくわ/小松菜/かつおだし/みそ 午前●フルーツ(オレンジ) 午後●りんごドーナツ	10 ●ごはん ●かぼちゃコロッケ ●ブロッコリーのサラダブロッコリー/人参/コーン/ウインナー/パプリカ/酢/三温糖 ●コーンクリームスープクリームコーン/コーン/牛乳/コンソメ ●フルーツ柿 午前●ビスコ 午後●フルーツゼリー	11 ●炊き込みごはんごはん/干しいたけ/人参/油揚げ/かつおだし/しょうゆ/三温糖/みりん ★さわらのもみじ焼きさわら/酒/みそ/マヨネーズ/みりん/人参/青ねぎ ●ほうれん草とカニカマの和え物ほうれん草/小松菜/カニかまぼこ/コーン/三温糖/しょうゆ/すりごま ●みそ汁じゃがいも/玉ねぎ/わかめ/かつおだし/みそ 午前●ウエハース 午後●マシュマロヨーグルト	12 ●わかめごはんごはん/わかめ/塩 ●バーベキューチキン鶏肉/酒/ケチャップ/とんかつソース/三温糖/しょうゆ ●ポテトサラダじゃがいも/人参/ウインナー/むき枝豆/コーン/マヨネーズ/塩/こしょう ●トマトスープトマトソース/玉ねぎ/キャベツ/ベーコン/ブロッコリー/コンソメ 午前●ヨーグルト 午後●ショートケーキ	13 ●ビビンバ丼ごはん/豚肉/酒/キャベツ/人参/油/ケチャップ/三温糖/みりん/しょうゆ/ウスターソース/ごま/卵/油/もやし/ほうれん草/三温糖/しょうゆ ●具だくさんみそ汁豆腐/油揚げ/人参/玉ねぎ/里芋/大根/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ ●フルーツみかん 午前●チーズ 午後●コーンマヨトースト・牛乳	14 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト
16 ●ごはん ●メンチカツメンチカツ/とんかつソース/ケチャップ ●スパゲティーサラダスパゲティー/きゅうり/ハム/人参/マヨネーズ/塩/こしょう ●みそ汁豆腐/わかめ/えのき/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●ヨーグルト 午後●ココアケーキ・牛乳	17 ●鮭菜ごはんごはん/鮭フレーク/菜飯の素 ●焼きそば中華麺/豚肉/キャベツ/むきえび/人参/もやし/ソース/塩/こしょう ●チンゲン菜のおかか和えチンゲン菜/小松菜/えのき/コーン/かつお節/三温糖/しょうゆ ●みそ汁油揚げ/麩/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●ウエハース 午後●バナナきな粉ヨーグルト	18 ●きのこごはんごはん/えのき/しめじ/干しいたけ/油揚げ/人参/かつおだし/三温糖/しょうゆ/みりん ●さばのごま焼きさば/酒/三温糖/しょうゆ/みりん/ごま ●もやしのささみ和えもやし/きゅうり/白菜/ささみフレーク/酢/三温糖/しょうゆ ●みそ汁さつまいも/人参/玉ねぎ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●チーズ 午後●ポップコーン・牛乳	19 お弁当の日 (おもちつき大会)	20 ●カレーライスごはん/豚肉/じゃがいも/玉ねぎ/人参/カレールウ/油/グリーンピース ●キャベツときゅうりの浅漬けキャベツ/きゅうり/塩昆布 ●フルーツみかん 午前●ビスコ 午後●スイートポテト・牛乳	21 ●わかめごはんごはん/炊込みわかめ ●豚汁豚肉/豆腐/じゃがいも/人参/油揚げ/玉ねぎ/かつおだし/みそ/青ねぎ
23 ●ごはん ●チキンの照り焼き鶏肉/酒/塩こうじ/しょうゆ/三温糖/みりん ●ブロッコリーのツナ和えブロッコリー/人参/コーン/ツナフレーク/三温糖/しょうゆ ●みそ汁豆腐/油揚げ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●チーズ 午後●野菜カステラ・牛乳	24 ★バターライスごはん/コンソメ/バター/パセリ粉 ●ミートグラタン豚ひき肉/酒/塩/こしょう/玉ねぎ/しめじ/マカロニ/トマトソース/ケチャップ/ウスターソース/とろけるチーズ/粉チーズ/パン粉 ●キャベツとチーズのサラダキャベツ/きゅうり/人参/パプリカ/チーズ/マヨネーズ/塩/こしょう ●コンソメスープほうれん草/コーン/コンソメ/うすくちしょうゆ 新メニューの日 午前●フルーツ(バナナ) 午後●フルーツヨーグルト	25 ●ごはん ●豚肉の生姜焼き豚肉/玉ねぎ/土生姜/三温糖/しょうゆ/油 ●春雨サラダ春雨/きゅうり/人参/コーン/ハム/酢/三温糖/しょうゆ/ごま油 ●みそ汁豆腐/えのき/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前●ヨーグルト 午後●フライドポテト・牛乳	26 ●ごはん ★鮭のオーロラソース焼き鮭/酒/塩/こしょう/マヨネーズ/ケチャップ ●白菜のごま和え白菜/人参/きゅうり/ちくわ/三温糖/しょうゆ/すりごま ●みそ汁じゃがいも/玉ねぎ/しめじ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 新メニューの日 午前●ビスコ 午後●ババロア(ヨーグルト味)	27 ●牛丼ごはん/牛肉/玉ねぎ/人参/しめじ/糸こんにゃく/かつおだし/酒/しょうゆ/三温糖/みりん ●具だくさんみそ汁豆腐/油揚げ/人参/大根/かまぼこ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ ●フルーツみかん 午前●ウエハース 午後●ブッセ・牛乳	28 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト (二学期終了日)
今月の平均栄養価(保育園クラス) エネルギー・・・520cal たんぱく質・・・18.1g	今月の平均栄養価(幼稚園クラス) エネルギー・・・618kcal たんぱく質・・・22.4g	1月のお弁当の日は、1月29日(水)の予定です。			

※午前のおやつは、夢・光組のみです。
※献立は都合により変更することがあります。

●…給食メニュー／●…おやつメニュー
★…給食新メニュー／★…おやつ新メニュー