

2022年度 12月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	おやつ	
1日 (木)	豚ばらとほくさいの卵とじうどん 煮豆 いりこ ゼリー	うどん、豚肉、ほくさい、うすあげ、卵、青ねぎ、しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお昆布だし、片栗粉 金時豆、砂糖 いりこ ゼリー	牛乳 みかん/せんべい	17日 (土)	かえでフェスティバル (だいちのみ パン、みかん、ヤクルト)		
2日 (金)	ごはん/のり 豚肉のしょうが焼き 小松菜のおかか和え みそ汁 ゼリー	米、のり 豚肉、たまねぎ、白ネギ、しょうが、砂糖、しょうゆ、油 小松菜、ほうれん草、にんじん、かつお節、コーン缶、しょうゆ、みりん ほくさい、だいこん、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)	19日 (月)	麦ごはん 鶏じゃが 白和え みそ汁 ゼリー	米、押し麦 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、糸こんにゃく、白ごま、しょうゆ、砂糖、米みそ ほくさい、えのき、わかめ、かつお昆布だし、 ゼリー	牛乳 焼きおさつ (さつまいも、油、塩)
3日 (土)	ピピン丼 きゅうりの和え物 和風スープ	米、鶏ミンチ、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	20日 (火)	ごはん 鱈の煮付け ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 鱈(乳児は鱈)、しょうが、しょうゆ、酒、みりん ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ じゃがいも、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 フルーツの盛り合わせ (りんご、みかん、柿)
5日 (月)	ごはん/納豆 鱈の塩焼き きんぴらごぼう みそ汁 みかん	米、納豆 鱈(乳児は鱈)、塩 にんじん、れんこん、ごぼう、こんにゃく、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、白ごま 絹ごし豆腐、ほくさい、わかめ、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 白玉ぜんざい (白玉粉、小豆、砂糖) 乳児は小豆	21日 (水)	ごはん/納豆 チンゲン菜と豚肉の中華炒め きゅうりのごま酢あえ すまし汁 りんご	米、納豆 厚揚げ、チンゲン菜、豚肉、にんじん、しめじ、しょうゆ、砂糖、ウスターソース、ごま油 きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、油 たまねぎ、ほくさい、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 りんご	牛乳 揚げパン (ロールパン、砂糖、きなこ、塩)
6日 (火)	カレーライス ひじきと野菜のごまマヨサラダ チーズ りんご	米、豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、大豆の水煮、りんご、カレーパウダー、油 ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ、砂糖、酢 チーズ りんご	牛乳 チーズトースト (食パン、チーズ、マヨネーズ)	22日 (木) 冬至	カレーうどん キャベツとコーンのサラダ かぼちゃの甘煮 ゼリー	うどん、豚肉、カレーパウダー、にんじん、うすあげ、長ネギ、しょうゆ、みりん、酒、片栗粉 キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし ゼリー	3〜5歳、ゆず湯、牛乳 (ゆず、砂糖) 0〜2歳、牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)
7日 (水)	ごはん ずき焼き風煮 もやしの中華風サラダ みそ汁 ゼリー	ごはん 木綿豆腐、牛肉、ほくさい、長ネギ、しらたき、えのき、砂糖、しょうゆ、酒、みりん もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、塩 じゃがいも、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 みかん/せんべい	23日 (金) お楽しみ会	ごはん/ふりかけ 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、ゆかり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ キャベツ、たまねぎ、ベーコン、エリンギ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	牛乳 フルーツケーキ (小麦粉、卵、砂糖、油、 酢、塩、生クリーム みかん、いちご、りんご)
8日 (木)	しょうゆラーメン きゅうりともやしの酢の物 いりこ ゼリー	中華麺、鶏もも肉、コーン缶、もやし、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、ごま油 きゅうり、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、しょうゆ、ごま油 いりこ ゼリー	牛乳 焼きじゃが (じゃがいも、油、塩)	24日 (土)	チキンライス きゅうりともやしの和え物 和風スープ	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、油 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、酒、しょうゆ、かつお昆布だし	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
9日 (金)	四色丼 キャベツの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、卵、もやし、にんじん、鶏ひき肉、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ごま油、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、りんご、みかん 缶、バナナ、砂糖)	26日 (月)	ごはん/手作りふりかけ 鮭の香味ソースがけ カブのサラダ みそ汁 ゼリー	ごはん、かつお節、こんぶ、白ごま、しょうゆ、砂糖、みりん 鮭、青ねぎ、小麦粉、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、白ごま かぶ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、白ごま、マヨネーズ 絹ごし豆腐、ほくさい、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
10日 (土)	鶏肉の甘辛丼 もやしの酢の物 みそ汁	鶏もも肉、長ネギ、砂糖、みりん、しょうゆ もやし、にんじん、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	27日 (火)	ぎつねうどん 小松菜のおかか和え いりこ ゼリー	うどん、かまぼこ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、塩 小松菜、ほうれん草、にんじん、かつお節、しょうゆ、みりん いりこ ゼリー	牛乳 菓子パン
12日 (月)	ごはん 和風ハンバーグ 小松菜とブロッコリーのおかか和え みそ汁 ゼリー	米 鶏ミンチ、木綿豆腐、にんじん、えのき、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉、油 小松菜、ブロッコリー、にんじん、かつお節、しょうゆ、みりん じゃがいも、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 じゃこトースト (食パン、チーズ、マヨネーズ 膏のり、ちりめんじゃこ)	28日 (水)	豚丼 中華風サラダ 春雨スープ ゼリー	米、豚肉、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒 きゅうり、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 春雨、わかめ、絹ごし豆腐、ほくさい、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 市販菓子
13日 (火)	わかめごはん 鱈の竜田揚げ 白菜とにんじんのサラダ みそ汁 ゼリー	米、わかめ、白ごま、しょうゆ、しらす干し、かつお昆布だし、塩 鱈、しょうが、酒、しょうゆ、片栗粉、油 白菜、にんじん、小松菜、酢、砂糖、しょうゆ、塩、油 大根、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 マシュマロコーンフレーク (マシュマロ、コーンフ レーク、バター)	29日 (水)			
14日 (水)	麦ごはん ボークチャップ 大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米、押し麦 豚肉、たまねぎ、しめじ、ケチャップ、酒、塩、酢、砂糖、油 大根、にんじん、きゅうり、酢、みりん、砂糖 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、小松菜、酒、しょうゆ、かつお昆布だし、塩 ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、砂糖、きなこ)	30日 (木)	冬季休園		
15日 (木)	ミートスパゲッティ カブと大根のサラダ 和風スープ りんご	スパゲッティ、合い挽きミンチ、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ かぶ、だいこん、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 ほくさい、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 りんご	牛乳 お麩のラスク (お麩、砂糖、バター)	31日 (金)			
16日 (金)	麦ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ みそ汁 ゼリー	米、押し麦 鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、みりん、しょうゆ マカロニ、きゅうり、にんじん、キャベツ、マヨネーズ 絹ごし豆腐、ほくさい、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 菓子パン				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。

※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：廣田・信田より