



# 12月のよていこんだて

## 2018年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 土	昼食	焼きそば みそ汁	中華麺、油	豚肉 みそ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン 玉ねぎ、人参、小松菜	ソース だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
3 17 月	昼食	親子丼 じゃがいものきんぴら ほうれん草のみそ汁	米、麩、砂糖、片栗粉 じゃがいも、ごま、砂糖、油	鶏肉、卵 みそ	玉ねぎ、ねぎ 人参、ピーマン ほうれん草、玉ねぎ、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	スティックパン くだもの 牛乳	スティックパン		くだもの 牛乳	
4 18 火	昼食	パン 豚肉と野菜のソテー もやしスープ キャンディーチーズ	食パン、ジャム 油 油	豚肉 チーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ、エリンギ、しめじ、ピーマン もやし、玉ねぎ、人参	コンソメ、塩こしょう、酒 シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	ひじきおにぎり	米、砂糖	油揚げ	ひじき、人参	しょうゆ、みりん、酒、だしパック
5 19 水	昼食	ごはん 魚の西京焼き 青菜のおかか和え 白菜のすまし汁	米 砂糖 砂糖	魚、白みそ かつお節	ほうれん草、小松菜、人参 白菜、玉ねぎ、人参	みりん、酒 しょうゆ 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	ヨーグルト	バナナ、りんご、みかん缶	
6 木	昼食	ごはん ごまコロッケ ブロッコリーサラダ キャベツのみそ汁	米 じゃがいも、ごま、パン粉、小麦粉、油 マヨネーズ、砂糖	合い挽きミンチ、鶏レバー 油揚げ、みそ	玉ねぎ、しょうが ブロッコリー、人参、コーン缶 キャベツ、玉ねぎ	しょうゆ、みりん、塩こしょう、酒 塩こしょう 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ぼこぼこクッキー 牛乳	小麦粉、マーガリン、砂糖	卵 牛乳		コーンフレーク
7 21 金	昼食	クリームスパゲティ 大根サラダ	スパゲティ、小麦粉、マーガリン、油 砂糖	鶏肉、牛乳、スキムミルク ツナ缶	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ 大根、大根の葉、人参、きゅうり	コンソメ、塩こしょう、酒 しょうゆ、酢
	午後おやつ	みたらし団子 (乳児:ゆかりおにぎり) 牛乳	白玉粉、砂糖、片栗粉 米	絹ごし豆腐 牛乳		しょうゆ、みりん ゆかり
8 22 土	昼食	豚丼 みそ汁 くだもの	米、麩、砂糖、油、片栗粉	豚肉 豆腐、みそ	玉ねぎ、パプリカ 玉ねぎ、わかめ くだもの	しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
10 月	昼食	ごはん 青菜のポン酢和え 豚汁	米 砂糖 さつまいも、油	ちりめんじゃこ 豚肉、ちくわ、みそ	ほうれん草、小松菜、人参 人参、大根、白菜、ねぎ	塩 ポン酢 煮干し、だしパック、酒
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳			くだもの 牛乳	せんべい
11 25 火	昼食	パン 魚のチーズ焼き りんごサラダ コーンスープ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン 砂糖、油 小麦粉、マーガリン	魚(鮭)、粉チーズ 牛乳、スキムミルク	パセリ りんご、キャベツ、人参、きゅうり コーン缶、コーンクリーム缶、玉ねぎ	塩こしょう、酒 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	雑炊	米	卵、ちりめんじゃこ	白菜、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、塩、酒
12 26 水	昼食	ごはん れんこんつくね ひじきの炒め煮 かぼちゃのみそ汁	米 片栗粉 砂糖、油	鶏ミンチ 水煮大豆、油揚げ みそ	れんこん、玉ねぎ ひじき、人参、きぬさや かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、塩こしょう、酒 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ、砂糖	きなこ 牛乳		塩
13 27 木	昼食	ごはん 魚の竜田揚げ 酢の物 豆腐のみそ汁	米 片栗粉、油 ごま、砂糖	魚 ちくわ 豆腐、みそ	しょうが もやし、きゅうり、ほうれん草 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、酒 酢、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	焼きビーフン 牛乳	ビーフン、ごま油	豚肉 牛乳	人参、キャベツ、ピーマン	シャンタン、しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう
14 金	昼食	チキンカレーライス 春雨サラダ	米、じゃがいも、油、マーガリン 春雨、砂糖、ごま油	鶏肉 ハム	人参、玉ねぎ、小松菜 人参、きゅうり、コーン缶	カレールウ、ウスターソース、酒 しょうゆ、酢
	午後おやつ	サモサ 牛乳	餃子の皮、さつまいも、油		りんご	

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

\*毎週月曜日・・・礼拝 毎週水曜日・・・体育あそび

\*12/15(土)クリスマス祝会(午後の保育はありません)

\*12/20(木)お誕生日会 メニュー:クリスマスメニュー

\*12/27(木)終業礼拝

\*12/28(金)・1/4(金)希望保育・療育(お弁当持参)

\*12/29(土)～1/3(木)休園日

(おやつ)BOX菓子、牛乳

