

12月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日曜	献立名	食品名	おやつ	
2月	牛乳	菜飯	米・菜飯の素	お茶
	牛乳	松風焼き	鶏挽肉・豆腐・たまねぎ・卵・パン粉・白ごま	塩焼きそば
	牛乳	大根の甘酢和え	だいこん・にんじん	蒸し中華麺・豚肉・もやし
	牛乳	清汁/オレンジ	わかめ・長ねぎ・えのきたけ	にんじん・キャベツ
3火	牛乳	食パン(ジャム付き)	食パン・いちごジャム	お茶
	牛乳	じゃがいもとウインナー炒め	じゃがいも・ウインナー・たまねぎ・パセリ	ツナおにぎり
	牛乳	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	米・ツナ・葉ねぎ・白ごま
	牛乳	マカロニスープ/りんご/牛乳	マカロニ・たまねぎ・にんじん・ベーコン	
4水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
	牛乳	さばの塩焼き	さば	さつまいもとあんこの春巻き
	牛乳	筑前煮	さといも・にんじん・ごぼう・れんこん・しいたけ・こんにゃく・鶏もも肉・さやいんげん	春巻きの皮・さつまいも
	牛乳	味噌汁/バナナ	ほうれんそう・油揚げ・にんじん	こしあん
5木	牛乳	ごはん	米	お茶
	牛乳	鶏肉のオイスター焼き	鶏もも肉	ミルクプリン
	牛乳	もやしとわかめのナムル	もやし・わかめ・白ごま・中華ドレ	牛乳・ゼラチン・いちごジャム
	牛乳	春雨スープ	春雨・しいたけ・にんじん・チンゲン菜	
	牛乳	みかん		
6金	牛乳	ごはん	米	お茶
	牛乳	豚肉のカレー炒め	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが・カレー粉	おせんべい
	牛乳	ポイルアスパラ	アスパラガス・マヨネーズ	ヨーグルト
	牛乳	キャベツスープ/りんご	キャベツ・たまねぎ・にんじん・コーン	
7土	牛乳	鶏肉の照り焼き丼	米・鶏もも肉・たまねぎ・きざみのり	牛乳
	牛乳	ほうれん草の胡麻和え	ほうれんそう・にんじん・すりごま	黒糖ラスク
	牛乳	味噌汁	なめこ・だいこん・万能ねぎ	超熟ロール・黒砂糖・バター
	牛乳	バナナ		
9月	牛乳	ごはん	米	牛乳
	牛乳	麻婆豆腐	木綿豆腐・豚挽肉・長ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが	たこ焼き風ポテト
	牛乳	きゅうりとちくわの酢の物	きゅうり・ちくわ・にんじん	じゃがいも・あおのり
	牛乳	白菜スープ/オレンジ	白菜・えのき・にんじん	
10火	牛乳	きのこうどん	うどん・鶏肉・しいたけ・まいたけ・えのき・にんじん・長ねぎ・小松菜	お茶
	牛乳	さつまいもの味噌煮	さつまいも・すりごま	しじゅうし
	牛乳	みかん		米・豚肉・刻み昆布
	牛乳			油揚げ・にんじん・しょうが
11水	牛乳	チキンカレーライス	米・鶏もも肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	牛乳
	牛乳	オーロラサラダ	きゅうり・にんじん・ハム・マヨネーズ	みたらしかぼちゃ
	牛乳	りんご		かぼちゃ・牛乳・バター
	牛乳			
12木	牛乳	ごはん	米	牛乳
	牛乳	鮭の甘辛ごま焼き	鮭・白ごま	米粉のにんじん蒸しパン
	牛乳	れんこんサラダ	れんこん・にんじん・ひじき・枝豆・和ドレ	米粉・BP・牛乳・にんじん
	牛乳	味噌汁/バナナ	切干大根・油揚げ・万能ねぎ	
13金	牛乳	Xmasランチ		牛乳
	牛乳	ツリーピラフ	米・ミックスベジタブル・にんじん・パセリ	ゆきだるまケーキ
	牛乳	クリスピーチキン	鶏ささみ・しょうが・にんにく・コーンフレーク	ホットケーキMIX・卵・牛乳
	牛乳	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・にんじん・きゅうり・洋ドレ	生クリーム・いちご・チョコペン
	牛乳	コーンポタージュ/みかん	コーン・クリームコーン・たまねぎ・おふ・牛乳・生クリーム	アスパラガス・食紅
14土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏もも肉・にんじん・ごぼう・こんにゃく・しめじ	お茶
	牛乳	小松菜と油揚げの和え物	こまつな・にんじん・油揚げ	しらすとわかめのおにぎり
	牛乳	清汁	豆腐・えのき・長ねぎ	米・しらす・わかめ・白ごま
	牛乳	バナナ		

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、

保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。



日曜	午前 おやつ	献立名	食品名	おやつ	
16	月	牛乳	菜飯	米・菜飯の素	お茶
			松風焼き	鶏挽肉・豆腐・たまねぎ・卵・パン粉・白ごま	塩焼きそば
			大根の甘酢和え	だいこん・にんじん	蒸し中華麺・豚肉・もやし
			清汁/オレンジ	わかめ・長ねぎ・えのきたけ	にんじん・キャベツ
17	火	牛乳	食パン(ジャム付き)	食パン・いちごジャム	お茶
			じゃがいもとウインナー炒め	じゃがいも・ウインナー・たまねぎ・パセリ	ツナおにぎり
			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	米・ツナ・葉ねぎ・白ごま
			マカロニスープ/りんご/牛乳	マカロニ・たまねぎ・にんじん・ベーコン	
18	水	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			さばの塩焼き	さば	さつまいもとあんこの春巻き
			筑前煮	さといも・にんじん・ごぼう・れんこん・しいたけ・こんにゃく・鶏もも肉・さやいんげん	春巻きの皮・さつまいも
			味噌汁/バナナ	ほうれんそう・油揚げ・にんじん	こしあん
19	木	牛乳	※ランチ ★おべんとうパス		牛乳
			おにぎり	米・やきのり	チーズケーキ
			ハンバーグ/えびフライ	豚挽肉・たまねぎ・卵・パン粉/えびフライ	クリームチーズ・生クリーム
			卵焼き/ブロッコリー	卵焼き/ブロッコリー	卵・レモン汁
			トマト/みかん/野菜ジュース	ミニトマト	
20	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			豚肉のカレー炒め	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが・カレー粉	スノーボールクッキー
			ポイルアスパラ	アスパラガス・マヨネーズ	コーンスターチ・バター・粉糖
			キャベツスープ/りんご	キャベツ・たまねぎ・にんじん・コーン	
21	土	牛乳	鶏肉の照り焼き丼	米・鶏もも肉・たまねぎ・きざみのり	牛乳
			ほうれん草の胡麻和え	ほうれんそう・にんじん・すりごま	黒糖ラスク
			味噌汁	なめこ・だいこん・万能ねぎ	超熟ロール・黒砂糖・バター
			バナナ		
23	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			麻婆豆腐	木綿豆腐・豚挽肉・長ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが	たこ焼き風ポテト
			きゅうりとちくわの酢の物	きゅうり・ちくわ・にんじん	じゃがいも・あおのり
			白菜スープ/オレンジ	白菜・えのき・にんじん	
24	火	牛乳	きのこうどん	うどん・鶏肉・しいたけ・まいたけ・えのき・にんじん・長ねぎ・小松菜	お茶
			さつまいもの味噌煮	さつまいも・すりごま	しじゅうし
			みかん		米・豚肉・刻み昆布 油揚げ・にんじん・しょうが
25	水	牛乳	チキンカレーライス	米・鶏もも肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	牛乳
			オーロラサラダ	きゅうり・にんじん・ハム・マヨネーズ	みたらしかぼちゃ
			りんご		かぼちゃ・牛乳・バター
26	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			鮭の甘辛ごま焼き	鮭・白ごま	ソフトミルクパン
			れんこんサラダ	れんこん・にんじん・ひじき・枝豆・和ドレ	
			味噌汁/バナナ	切干大根・油揚げ・万能ねぎ	
27	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			よだれ鶏風	鶏むね肉・長ねぎ・白ごま・にんにく・しょうが	ココアワッフル
			バンサンスー	春雨・きゅうり・もやし・ハム・中華ドレ	
			わかめスープ	わかめ・たまねぎ・コーン	
			みかん		
28	土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏もも肉・にんじん・ごぼう・こんにゃく・しめじ	お茶
			小松菜と油揚げの和え物	こまつな・にんじん・油揚げ	しらすとわかめのおにぎり
			清汁	豆腐・えのき・長ねぎ	米・しらす・わかめ・白ごま
			バナナ		

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 449kcal 蛋白質 15.7g 脂質 13.3g
 幼児 エネルギー 597kcal 蛋白質 21.7g 脂質 18.5g

★印は今月の絵本料理です。

