

平成 29 年度



# 12 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 金	巣ごもり卵 大学かぼちゃ 青菜のおかか和え 牛乳	卵 ベーコン キャベツ 玉葱 パセリ 南瓜 油 砂糖 醤油 ごま 青菜 白菜 人参 かまぼこ かつお節 醤油 牛乳	飯	ひじき	牛乳 caせんべい	抹茶蒸しパン
2 土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 牛蒡 葱 みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
4 月	豚肉のマヨドレ焼き 添え野菜 ひじきの炒め煮 白す和え	豚肉 生姜 マヨレ 醤油 プチトマト ひじき 大豆 油揚げ 人参 糸こんにゃく 絹さや みりん 醤油 キャベツ 人参 もやし しらす 醤油	パン	牛乳	ヨーグルト	ワカメおにぎり
5 火	サーモンバーグ 添え野菜 黒豆煮 ほうれん草サラダ	鮭フレーク 豚ミンチ 卵 厚揚げ 玉葱 椎茸 葱 ブロccoli 黒豆 人参 ほうれん草 胡瓜 じゃが芋 ウィナー コーン マヨレ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	ドーナツ
6 水	鶏肉の唐揚げ 添え野菜 プルーン 中華スープ 牛蒡サラダ	鶏肉 ニンニク 生姜 酒 醤油 片栗粉 油 キャベツ プルーン ベーコン 卵 玉葱 えのき ワカメ 水菜 コンソメ 醤油 牛蒡 胡瓜 人参 ツナ コーン マヨレ	飯	ゆかり	オレンジジュース 小魚	おからクッキー
7 木	豆腐とエビのトマト炒め 牛乳 さつま芋のオレンジ煮 冷拌三糸	豆腐 エビ 豚ミンチ ニンニク 生姜 玉葱 人参 チンゲンサイ トマト缶 牛乳 さつま芋 オレンジジュース レーズン 春雨 卵 ハム 胡瓜 人参 酢 醤油 ごま油	パン	チーズ	フルーツ	すき焼きうどん
8 金	さんまの梅煮 スパゲティーナポリタン 温野菜	さんま 梅干し 生姜 酒 砂糖 醤油 スパゲティー 豚肉 玉葱 しめじ ピーマン トマト缶 コンソメ 南瓜 人参 ブロccoli ウィナー マヨレ	飯	菜飯	牛乳 干し芋	ヨーグルト
9 土	カレーライス アップルジュース	米 牛肉 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ニンニク GP りんご カレールウ 小麦粉 ソース アップルジュース	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
11 月	ミートローフ 里芋の含め煮 小松菜のごま和え	合挽肉 大豆 チーズ 玉葱 人参 コーン グリンピース 卵 パン粉 里芋 人参 椎茸 ちくわ 絹さや みりん 醤油 小松菜 キャベツ もやし ごま 醤油	パン	牛乳	オレンジジュース 昆布	ほっぺた おっこち餅
12 火	白身魚フライ 添え野菜 チンゲン菜ひき肉炒め 柿なます	白身魚 小麦粉 卵 パン粉 油 ブロccoli 豚ミンチ チンゲンサイ 玉葱 筍 赤ピーマン オイスターソース 大根 人参 胡瓜 柿 ごま 酢 砂糖 醤油	めん	野菜	牛乳 ウエハース	卵サンド
13 水	茶わん蒸し 南瓜の天ぷら 野菜の納豆和え チーズ	卵 鶏肉 椎茸 かまぼこ みつば みりん 醤油 南瓜 桜エビ 卵 小麦粉 油 ほうれん草 白菜 人参 納豆 醤油 チーズ	飯	ふりかけ	バナナ	ザクザク クッキー
14 木	魚の照り焼き 添え野菜 炒り豆腐 おさつサラダ 牛乳	ぶり 生姜 みりん 醤油 もやし 豆腐 ミチ 卵 玉葱 椎茸 人参 インゲン 醤油 さつま芋 胡瓜 人参 りんご レーズン マヨレ 牛乳	パン	プルーン	牛乳 まんてん大豆	デコレーション プリン
◎ 15 金	あんかけラーメン 春巻き コールスローサラダ フルーツ	干中華めん 豚肉 エビ 肉 人参 玉葱 白菜 椎茸 ヤングコーン 葱 鶏ガラ コンソメ 醤油 春巻き 油 キャベツ 大根 ハム 胡瓜 コーン 酢 醤油 みかん	めん	野菜	ヨーグルト	巻き寿司
16 土	焼きうどん フルーツ 牛乳	干めん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 もやし かつお粉 ソース バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
18 月	豚肉の生姜焼き 添え野菜 ポトフ ナムル	豚肉 生姜 みりん 醤油 キャベツ かぶ 玉葱 人参 ウィナー コンソメ 醤油 もやし チンゲンサイ かまぼこ 赤ピーマン 酢 砂糖 醤油 ごま油	パン	牛乳	ヨーグルト	きのこおにぎり
19 火	鮭のごま揚げ 添え野菜 野菜ソテー フルーツサラダ 牛乳	鮭 生姜 みりん 醤油 小麦粉 ごま 油 ブロccoli 牛肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 醤油 バナナ ミックスフルーツ りんご 胡瓜 ヨーグルト マヨレ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	フレンチトースト
20 水	マカロニグラタン 南瓜のそぼろ煮 海藻サラダ	マカロニ 鶏肉 エビ 玉葱 マッシュルーム グリンピース バター 小麦粉 牛乳 南瓜 豚ミンチ 枝豆 みりん 醤油 海藻ミックス ツナ 胡瓜 パイン 人参	飯	梅ちり	バナナ	あんまん
21 木	揚げ出し豆腐 金平ごぼう ポテトサラダ	豆腐 小麦粉 油 大根 葱 麵つゆ 牛肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま みりん 醤油 じゃが芋 人参 胡瓜 卵 チーズ マヨレ	パン	牛乳	アップルジュース まんてん大豆	ホワイトポンチ
※ 22 金	バターライス 照り焼きチキン ポタージュースプ カラフルサラダ ゼリー	米 チキンライスの素 エビ 玉葱 ミックス野菜 マッシュルーム 鶏肉 醤油 冷凍ポテト 油 ベーコン 玉葱 人参 パセリ ポタージュの素 ブロccoli 赤、黄ピーマン 胡瓜 りんご ゼリー	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	クリスマス ケーキ
25 月	オムレツ りんごサラダ 切干し大根の炒め煮	卵 合挽肉 豆腐 玉葱 じゃが芋 赤ピーマン グリンピース りんご キャベツ 胡瓜 ハム コーン フレンチドレッシング 切干大根 平天 人参 大豆 ひじき 葱 醤油	パン	牛乳	ヨーグルト	クライスター
26 火	酢豚 煮卵 酢の物 牛乳	豚肉 片栗粉 油 玉葱 人参 椎茸 筍 パイン缶 ピーマン ケチャップ 卵 みりん 醤油 春雨 胡瓜 ワカメ 肉 みかん缶 酢 砂糖 醤油 牛乳	めん	野菜	牛乳 ウエハース	バナナ ソフトクッキー
27 水	おでん フルーツ 野菜の磯和え	うずら卵 鶏肉 大根 人参 こんにゃく 牛蒡天 厚揚げ 昆布 おでんの素 りんご ほうれん草 白菜 もやし もみのり 醤油	飯	ゆかり	オレンジジュース 小魚	年越しラーメン
28 木	魚のピザ焼き 添え野菜 たらこ人参 スパゲティーサラダ	白身魚 玉葱 ピーマン ピザソース ミックスチーズ ブロccoli たらこ 人参 さつま芋 バター 砂糖 干スパゲティー ハム 胡瓜 赤ピーマン コーン マヨレ	飯	ワカメ	バナナ	まんてん大豆 &みかん
29・30日	<p style="text-align: center;"><b>希望保育</b></p>					

◎ 15日(金) 誕生会です。

※ 22日(金) クリスマス会です。

両日、3歳以上児はお箸だけ用意してください。



### みんなで食べる◎楽しい食卓を

家族そろって食事をする機会は様々な要因で減ってきていると言われています。保育園で友達と一緒にの食事は、楽しい食卓の思い出になるでしょう。たくさんの人と一緒に囲む食卓は、友達や先生とのコミュニケーション、家族からの愛情など「心の栄養」をたっぷり吸収する場でもあります。