



# 12月献立表



令和元年12月発行  
みなと子ども園

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	
	<b>ナポリタン</b> 【スパゲティ、油、塩、ウインナー、玉葱、粉チーズ、ピーマン、ケチャップ、砂糖】 <b>ブロッコリーのコーンとえ</b> 【ブロッコリー、コーン、醤油】 <b>南瓜のポタージュ</b> 【南瓜、玉葱、油、パセリ、小麦粉、マーガリン、牛乳、コンソメ、塩、こしょう】 <b>りんご</b> <b>大根葉むすび</b> 【米、大根葉、醤油、みりん、ごま】 <b>チーズ</b>	<b>ご飯</b> <b>鮭のちゃんちゃん焼き</b> 【鮭、玉葱、人参、もやし、葱、みそ、醤油、小麦粉、バター】 <b>さつまいもの煮物</b> 【さつまいも、醤油、砂糖】 <b>豆腐のすまし汁</b> 【豆腐、人参、玉葱、葱、いりこ、醤油、塩】 <b>クレープ</b> 【小麦粉、卵、牛乳、ツナ、きゅうり、チーズ】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>肉豆腐</b> 【牛肉、豆腐、大根、人参、しめじ、しらたき、インゲン、醤油、砂糖】 <b>小松菜のナムル</b> 【小松菜、もやし、人参、酢、醤油、ごま油、砂糖】 <b>えのきのみそ汁</b> 【えのき、玉葱、わかめ、葱、いりこ、みそ】 <b>みかん</b> <b>大学芋</b> 【さつまいも、油、砂糖、醤油、酢、黒ごま】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>豚肉の生姜焼き</b> 【豚肉、玉葱、生姜、油、醤油、みりん】 <b>和風サラダ</b> 【大根、きゅうり、ちくわ、わかめ、人参、ごま、醤油、マヨネーズ】 <b>けんちん汁</b> 【鶏肉、里芋、ごぼう、椎茸、白菜、人参、葱、いりこ、塩、醤油】 <b>ピザドーナツ</b> 【食パン、ケチャップ、玉葱、ウインナー、ピーマン、チーズ】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>魚の香味焼き</b> 【バトウ、塩、こしょう、にんにく、粉チーズ、パン粉、パセリ、オリーブ油】 <b>酢味噌和え</b> 【ほうれん草、人参、わかめ、みそ、酢、砂糖】 <b>和風チャウダー</b> 【じゃが芋、人参、玉葱、あさり、キャベツ、豆乳、鶏がらだし、塩】 <b>みかんゼリー</b> 【みかん缶、寒天、砂糖】 <b>牛乳</b>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">生活発表会</div> 	
おやつ							
	9日(月)	10日(火)	11日(水) もちつき会	12日(木)	13日(金)	14日(土)	
	<b>ご飯</b> <b>豆腐ハンバーグ</b> 【豆腐、玉葱、豚ミンチ、ひじき、パン粉、牛乳、塩、こしょう、ケチャップ】 <b>レバーの甘辛煮</b> 【鶏レバー、にんにく、生姜、醤油、砂糖、酒】 <b>チンゲン菜のスープ</b> 【チンゲン菜、白菜、玉葱、人参、鶏がらだし、塩、醤油】 <b>アップルパイ</b> 【りんご、パイ生地、砂糖、レモン汁】 <b>牛乳</b>	<b>ブリ丼</b> 【米、ブリ、にんにく、生姜、片栗粉、油、砂糖、醤油、みりん、酒】 <b>ミルクおから</b> 【おから、豚ミンチ、人参、玉葱、油、醤油、砂糖、牛乳、葱、塩、チーズ】 <b>白菜のみそ汁</b> 【白菜、人参、椎茸、葱、いりこ、みそ】 <b>みかん</b> <b>さつまいも寒天</b> 【さつまいも、寒天、砂糖、メイプルシロップ】 <b>牛乳</b>	<b>サンドイッチ</b> 【食パン、ハム、チーズ、きゅうり、ツナ、マヨネーズ】 <b>冬野菜の煮込みスープ</b> 【かぶ、白菜、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、鶏肉、コンソメ、塩、醤油】 <b>あんもち(幼児組)</b> <b>みたらし団子(乳児組)</b> 【白玉粉、砂糖、醤油、片栗粉】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>★焼売</b> 【豚ミンチ、玉葱、片栗粉、生姜、醤油、ごま油、こしょう、焼売の皮】 <b>小松菜の煮びたし</b> 【小松菜、白菜、油揚げ、油、醤油、砂糖、みりん】 <b>わかめのみそ汁</b> 【わかめ、玉葱、コーン、いりこ、塩、醤油】 <b>キャロット蒸しパン</b> 【人参、ミックス粉、砂糖、レーズン、牛乳】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>魚のコーンマヨ焼き</b> 【カレイ、塩、コーン、マヨネーズ、パセリ、チーズ】 <b>白和え</b> 【さつまいも、豆腐、人参、ごま、スキムミルク、みそ、醤油、砂糖】 <b>豚汁</b> 【豚肉、ごぼう、人参、白菜、しめじ、葱、いりこ、みそ】 <b>りんご</b> <b>マカロニ2重川</b> 【マカロニ、きな粉、砂糖、塩】 <b>牛乳</b>	<b>ハヤシライス</b> 【米、牛肉、玉葱、人参、しめじ、グリーンピース】 <b>ハヤシルウ</b> <b>オニオンスープ</b> 【玉葱、えのき、コンソメ、塩、パセリ】 <b>バナナ</b>  <b>菓子</b>  <b>牛乳</b>	
おやつ							
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木) 誕生日会	20日(金)	21日(土)	
	<b>塩バターラーメン</b> 【中華麺、焼き豚、にんにく、玉葱、キャベツ、人参、コーン、椎茸、葱、バター、鶏がらだし、醤油、塩】 <b>じゃが芋のめ煮</b> 【じゃが芋、人参、インゲン、醤油、砂糖】 <b>小松菜のごま和え</b> 【小松菜、人参、ごま、醤油】 <b>りんご</b> <b>カルシウムおたきり</b> 【米、桜えび、しらす干し、かつお節、わかめ、ごま、ごま油、醤油、みりん】 <b>チーズ</b>	<b>ご飯</b> <b>魚の塩焼き</b> 【ブリ、塩】 <b>きんぴらごぼう</b> 【ごぼう、人参、しらたき、ごま、醤油、砂糖、ごま油】 <b>春雨のスープ</b> 【春雨、玉葱、人参、ニラ、いりこ、塩、醤油】 <b>★りんごのコンポート</b> 【りんご、砂糖、レモン汁、ヨーグルト】 <b>牛乳</b>	<b>炊き込みご飯</b> 【米、鶏肉、ごぼう、人参、しめじ、さつまいも、グリーンピース、薄口醤油】 <b>ひじきの煮物</b> 【ひじき、人参、こんにゃく、油揚げ、醤油、砂糖】 <b>白菜と肉団子スープ</b> 【鶏ミンチ、葱、生姜、卵、片栗粉、白菜、椎茸、塩、鶏がらだし、醤油】 <b>大豆とりのり</b> <b>アーモンド和え</b> 【大豆、いりこ、アーモンド、片栗粉、油、醤油、砂糖】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>豆腐のミートグラタン</b> 【豆腐、合ミンチ、玉葱、人参、コンソメ、チーズ、ケチャップ】 <b>炒めなます</b> 【れんこん、人参、あさり、油、酢、砂糖、醤油、ごま】 <b>きのこのスープ</b> 【しめじ、えのき、玉葱、いりこ、塩、鶏がらだし】 <b>パフェ</b> 【アイスクリーム、生クリーム、みかん、白桃、コーンフレーク】 <b>牛乳</b>	<b>誕生日会</b> 	<b>ご飯</b> <b>サバのみそ煮</b> 【サバ、みそ、酒、みりん、生姜、醤油、砂糖】 <b>南瓜のそぼろ煮</b> 【南瓜、鶏ミンチ、醤油、砂糖、グリーンピース】 <b>大根のみそ汁</b> 【大根、人参、ふ、しめじ、わかめ、いりこ、醤油、塩】 <b>★豆腐のお好み焼き</b> 【豆腐、小麦粉、卵、豚肉、葱、キャベツ、ソース、マヨネーズ、かつお節、青のり】 <b>牛乳</b>	<b>エビピラフ</b> 【米、エビ、玉葱、人参、コーン、コンソメ、塩、こしょう】 <b>コンソメスープ</b> 【玉葱、人参、じゃが芋、しめじ、コンソメ、塩、醤油】 <b>バナナ</b>  <b>菓子</b>  <b>牛乳</b>
おやつ							
	23日(月)	24日(火) クリスマス会	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	
	<b>ロールパン</b> <b>ビーフシチュー</b> 【牛肉、玉葱、人参、しめじ、じゃが芋、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、小麦粉、バター、グリーンピース】 <b>ポパイサラダ</b> 【ほうれん草、人参、コーン、ハム、ごま、醤油】 <b>みかん</b> <b>ひじきおたきり</b> 【米、ひじきふりかけ】 <b>牛乳</b>	<b>ピラフ</b> 【米、鶏肉、人参、玉葱、コンソメ、塩、こしょう、パセリ】 <b>くるくるハンバーグ</b> 【合ミンチ、玉葱、コーン、卵、パン粉、塩、こしょう、パイ皮、トマトジュース、ケチャップ、砂糖】 <b>ポテトサラダ</b> 【じゃが芋、きゅうり、人参、マヨネーズ、塩、こしょう】 <b>コンソメスープ</b> 【玉葱、クリームコーン、牛乳、塩、小麦粉、コンソメ、パセリ】 <b>いちごのショートケーキ</b> 【小麦粉、卵、砂糖、いちご、生クリーム】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>いりどり</b> 【鶏肉、人参、筍、干し椎茸、れんこん、ごぼう、じゃが芋、インゲン、油、醤油、砂糖】 <b>菜果なます</b> 【大根、きゅうり、りんご、酢、砂糖、塩、醤油】 <b>なめこのみそ汁</b> 【なめこ、豆腐、玉葱、葱、いりこ、みそ】 <b>シャンパンプリン</b> 【プリンの素、カラメルソース】 <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>麻婆豆腐</b> 【豆腐、豚ミンチ、玉葱、人参、干し椎茸、筍、油、にんにく、鶏がらだし、みそ、醤油、砂糖】 <b>きゅうりの中華和え</b> 【きゅうり、ごま、ごま油、酢、醤油、砂糖】 <b>卵スープ</b> 【卵、人参、玉葱、ニラ、塩、いりこ、醤油】 <b>★さつまいもの餃子</b> 【さつまいも、チーズ、油、餃子の皮】 <b>牛乳</b>	<b>年越しうどん</b> 【うどん、玉葱、人参、鶏肉、椎茸、かまぼこ、卵、葱、醤油、みりん、塩】 <b>即席漬り</b> 【キャベツ、人参、塩昆布、醤油】 <b>五目豆</b> 【大豆、人参、昆布、ごぼう、こんにゃく、醤油、砂糖】 <b>みかん</b> <b>ジャムサンド</b> 【食パン、マーガリン、ジャム】 <b>牛乳</b>	<b>しめじご飯</b> 【米、鶏肉、人参、しめじ、ごぼう、さつまいも、薄口醤油、グリーンピース】 <b>わかめのみそ汁</b> 【わかめ、豆腐、玉葱、葱、えのき、いりこ、みそ】 <b>バナナ</b>  <b>菓子</b>  <b>牛乳</b>	
おやつ							
	30日(月)	31日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>子ども園の給食は・・・</b> </div>  <p>みなと子ども園の給食は肉・魚・豆・麺などを組み合わせ、栄養のバランスを考え献立をたてています。野菜を十分に使用し行事食を取り入れ、旬の食材を使用する事も大切にしています。お米は石見産こしひかり(一部きぬむすめ)、魚は地元の魚屋さんより骨を抜いた物を仕入れるなど、素材選びにも拘っています。おやつも栄養を補う大事な間食です。カルシウムや鉄分など給食だけで補えない栄養素を取り入れながら誕生日会にはケーキを焼くなど、ほぼ毎日手作りしています。</p> <p>私たちは、子どもたちの健やかな成長の為に安全で美味しい給食の提供を目指しより一層努力してまいります。ばらくみ前に毎日、給食とおやつを展示しています。レシピもお持ち帰り頂けるよう並べておりますので、どうぞご覧ください。今後ともどうぞよろしくお願ひ致します。</p>				
特別保育	休園日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>特別保育</b> </div> 					<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>休園日</b> </div> 
おやつ			<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>◎3歳児未満は午前中のおやつ(100ml)があります。</p> <p>◎行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。</p> <p>★印は新メニューです。</p> </div>				

