



献立表



令和4年12月 みのり第2保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
<p>～12月22日は「冬至」～</p> <p>北半球では太陽の高さが1年で最も低くなる。そのため、1年中で最も昼（日の出から日没まで）が短くなり、夜が最も長い。この日に柚子を浮かべた柚子湯に入り、かぼちゃを食べると風邪をひかないといわれています。今年も柚子湯体験として、柚子を浮かべたあったか～い「手湯」を園で用意する予定です！お楽しみに♪</p>						1 炒り鶏 鶏肉、人参、 ごぼう、里芋、蓮根、椎茸、こんにゃく、長天、絹さや 大根の梅肉和え 大根、きゅうり、人参、梅干し、かつお節 かき卵汁 卵、麩、玉葱、ねぎ 果物（みかん） アップルポテト香巻き 牛乳		2 茶飯 鮭の塩麹焼き 鮭、塩麹、付）焼きれんこん ほうれん草のごま和え ほうれん草、人参、もやし、ごま 豚汁 果物（青りんご） 豚肉、さつまいも、人参、大根、油揚げ、しめじ、ねぎ のりじゃこトースト 牛乳		3 発表会（以上児） 	
5		6		7		8		9		10	
ミートスパゲティ 合シテ、玉葱、人参、マッシュルーム、グリンパ、チキヤ、トト伍、粉チーズ コールスローサラダ キャベツ、きゅうり、りんご、レーズン 野菜スープ 大根、人参、椎茸、玉葱、えのき、パセリ ヨーグルト たこ焼きおにぎり チーズ		おから入りナゲット おから、鶏ミンチ、豆腐、玉葱、マ、チキヤ、付）かぼちゃ フロccoliーのおかか和え フロccoliー、竹輪、かつお節 ワンタンスープ ワンタンの皮、玉葱、人参、もやし、ねぎ 果物（バナナ） さつまいもプリン		麦ごはん さばの味噌煮 和風サラダ 大根、きゅうり、もやし、竹輪、わかめ、ごま、マヨドレ のっぺい汁 鶏肉、人参、里芋、長天、ねぎ 果物（りんご） 菓子 飲むヨーグルト		おでん風煮込み 大根、里芋、こんにゃく、生揚げ、鶏肉、うずら卵、竹輪、昆布 キャベツのツナ和え キャベツ、人参、ツナ ぶの味噌汁 ぶ、玉葱、えのき、わかめ お米のムース スイートポテトパイ 牛乳		梅味噌焼き バトウ、梅干し、味噌、付）フロccoliー 五目豆煮 水煮大豆、人参、ごぼう、いんげん、昆布 押麦スープ 押麦、ベーコン、しめじ、春雨、玉葱、人参、パセリ 果物（みかん） サンドイッチ 牛乳		炊き込みごはん 鶏肉、ごぼう、人参、しめじ、油揚げ、絹さや 小松菜の煮びたし 小松菜、大根、人参、厚揚げ たまねぎの味噌汁 玉葱、麩、わかめ	
12		13 おべんとうやさん		14		15		16		17	
焼きそば 豚バラ、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン、青のり、かつお節 ほうれん草のきのこ和え ほうれん草、人参、えのき 中華スープ 豆腐、もやし、わかめ、ねぎ 果物（みかん） 梅ツナおにぎり カリカリいりこ		れんこんバーグ おから、豆腐、玉葱、人参、蓮根、パン粉、付）さつまいも ツナコーンサラダ いんげん、ツナ、コーン、ごま 豆苗のすまし汁（未満児） 豆苗、玉葱、わかめ 果物（以上児）おかかおにぎり、厚焼き玉子 切干天根と豆腐のチヂミ		鮭のちゃんちゃん焼き 鮭、キャベツ、人参、もやし、ねぎ、味噌 ひじき煮 ひじき、人参、長天、いんげん けんちん汁 豆腐、ごぼう、人参、大根、ねぎ 果物（バナナ） 菓子 飲むヨーグルト		鶏肉のBBQソース焼き 鶏肉、玉葱、はちみつ、チキヤ、付）エリンギ 納豆和え ほうれん草、キャベツ、人参、納豆、もみのり 根菜味噌汁 大根、ごぼう、人参、油揚げ、ねぎ 果物（りんご） ごま団子 牛乳		揚げさばのおろしがけ さば、大根、ねぎ れんこんサラダ 蓮根、キャベツ、人参、ツナ、ごま、マヨドレ 白菜とベーコンのスープ 白菜、しめじ、玉葱、ベーコン、パセリ 青りんごゼリー フルーツヨーグルト +クラッカー		ハヤシライス 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、グリンパ 切干大根の梅肉和え 切干大根、人参、きゅうり、梅干し、かつお節 オレンジゼリー	
19 カミカミday		20 もちつき		21		22 冬至		23 クリスマス・誕生会		24	
肉うどん 牛肉、玉葱、人参、かまぼこ、天かす 天ぷら さつまいも、れんこん、てんぷら粉 カミカミサラダ ごぼう、人参、きゅうり、コーン、さきいか、マヨドレ 果物（みかん） 雑穀のりおにぎり 大根のはちみつ漬け		あいじょう弁当の日 		ぶりの照り焼き ぶり、付）ほうれん草 ミルクおから 豚ミンチ、おから、人参、玉葱、チーズ、ねぎ、牛乳 豚汁 豚肉、さつまいも、人参、大根、白菜、ねぎ 果物（バナナ） 人参とオレンジの蒸しケーキ 牛乳		鶏と冬野菜の甘酢あん 鶏肉、人参、かぼちゃ、ごぼう、蓮根、椎茸、いんげん キャベツのじゃこ和え キャベツ、人参、きゅうり、じゃこ 味噌汁 里芋、油あげ、玉葱、イカリめ 果物（みかん） 菓子 牛乳		みのりキッズバーガー 菜果サラダ ツリーポテト 春雨スープ クリスマスポンチ 果物（いちご&りんご） サンタのおくりものジュース		三色丼 鶏ミンチ、卵、ほうれん草 春雨の酢の物 春雨、きゅうり、人参、ごま 小松菜のすまし汁 小松菜、えのき、豆腐 菓子 牛乳	
26		27		28		29		30 希望保育		31 年末休	
豆乳タンタン麺 豚ミンチ、玉葱、人参、青梗菜、ごま、豆乳 さつまいものレモン煮 さつまいも、レモン果汁 あらめの華風和え あらめ、きゅうり、ツナ、人参、コーン 果物（バナナ） わかめおにぎり はりはり漬け		焼肉丼 牛肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、焼肉のタレ フロccoliーの酢味噌和え フロccoliー、カリフラワー、ごま、みそ わかめスープ わかめ、玉葱 果物（みかん） プリン		黒米ごはん 赤魚と昆布の煮物 赤魚、刻み昆布、生姜 白和え ほうれん草、豆腐、しめじ、人参、味噌、ごま にゅうめん デザート そうめん、玉ねぎ、人参、ねぎ メロンパン 牛乳		カレーライス 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリンピース バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま フルーツゼリー きなこおにぎり		お弁当持参の日 		12月31日 	

※都合により、献立が変更になる場合があります ※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます