



12月の献立表



令和4年12月発行



あさひ子ども園

冬至に「ん」のつく食べものを

今年12月22日に冬至を迎えます。
冬至に食べるかぼちゃの別名は「なんきん」といいますが、冬至には「ん」のつく食べものを食べると幸せになると言われています。
なんきんをはじめ・みかん・だいこん・れんこんなど、「ん」のつく食べものを集めてみてはいかがでしょうか？



参考資料：いただきます ごちそうさま

	5日(月)	6日(火) もちつき会	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
	ご飯 鶏ささみの天ぷら [鶏ささみ、梅干し、大葉、生姜、酒、塩、天ぷら粉、油] 小松菜の磯和え [小松菜、人参、もやし、醤油、刻みのり] 白菜のすまし汁 [白菜、玉ねぎ、人参、しめじ、いりこ、醤油、塩] おやつ さつま芋蒸しパン 牛乳 [さつま芋、牛乳、黒ゴマ、蒸しパンミックス粉]	炊き込みご飯 [米、鶏肉、人参、油揚げ、干し椎茸、ごぼう、昆布、酒、薄口醤油] なっとん汁 [納豆、豚肉、大根、白菜、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、味噌] 果物 バナナケーキ 牛乳 [ミックス粉、バナナ、牛乳、卵、グラニュー糖、レモン果汁]	味噌ラーメン [中華麺、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、ねぎ、にんにく、生姜、味噌、鶏がらだし] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 春雨サラダ [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] 果物 おかかおにぎり [米、かつお節、ごま、醤油] 牛乳	ご飯 豆腐のあんかけ [豆腐、合びき肉、ピーマン、人参、えのき、玉ねぎ、砂糖、醤油、みりん、酒、片栗粉、油] ポパイサラダ [ほうれん草、春雨、人参、シーチキン、マヨネーズ、醤油] わかめスープ [わかめ、玉ねぎ、コーン、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 南瓜パイ 牛乳 [パイシート、南瓜、砂糖、生クリーム、レーズン、卵黄]	ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、生姜] キャベツのおかか和え [キャベツ、人参、きゅうり、かつお節、醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、えのき、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、醤油、塩] 揚げパン 牛乳 [ロールパン、油、グラニュー糖]	生活発表会 
	ご飯 筑前煮 [鶏肉、里芋、干し椎茸、人参、こんにゃく、ごぼう、いんげん、れんこん、油、酒、砂糖、みりん、醤油] ほうれん草の磯和え [ほうれん草、人参、もやし、醤油、刻みのり] えのきのスープ [えのき、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] おやつ フルーツポンチ 牛乳 [みかん缶、バナナ、寒天、白桃缶、砂糖]	ご飯 炒り豆腐 [豆腐、鶏ひき肉、竹輪、人参、玉ねぎ、干し椎茸、ねぎ、酒、砂糖、油、卵、醤油、みりん、塩] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] しめじの味噌汁 [しめじ、人参、玉ねぎ、いりこ、味噌] シュガートースト 牛乳 [食パン、マーガリン、砂糖]	ご飯 サバの味噌煮 [サバ、生姜、酒、味噌、砂糖] 金平ごぼう [ごぼう、人参、ピーマン、糸こんにゃく、ごま、油、酒、砂糖、醤油] 麩のすまし汁 [麩、えのき、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、塩] じゃが芋もち 牛乳 [じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、のり]	和風焼きそば [中華麺、豚肉、さつま揚げ、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、油、塩、醤油、刻みのり] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、しらす干し、ごま、砂糖、酢、醤油] 豆腐のスープ [豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 ゆかりおにぎり [米、ゆかり粉、ごま] 牛乳	ご飯 鶏肉のから揚げ [鶏肉、塩、にんにく、酒、生姜、片栗粉、油] マカロニサラダ [マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、マヨネーズ、醤油] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] 牛乳もち [牛乳、片栗粉、きな粉、塩、砂糖]	中華丼 [米、豚肉、白菜、エビ、干し椎茸、玉ねぎ、人参、竹の子、にんにく、生姜、鶏がらだし、片栗粉、ごま油、醤油] きのこのスープ [しめじ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
	ご飯 魚のあけぼの焼き [バトウ、塩、酒、人参、マヨネーズ] 小松菜のコーンと和え [小松菜、コーン、人参、もやし、ごま、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] おやつ フライドポテト 牛乳 [カットポテト、油]	ご飯 麻婆豆腐 [豆腐、合びき肉、玉ねぎ、人参、竹の子、干し椎茸、ねぎ、にんにく、生姜、砂糖、酒、味噌、ごま油、鶏がらだし] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、きゅうり、ごま、醤油] ニラスープ [ニラ、もやし、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] プリンアラモード 牛乳 [卵、牛乳、砂糖、生クリーム、カラースプレー]	ご飯 豚肉のトマトソース煮 [豚肉、玉ねぎ、厚揚げ、人参、じゃが芋、水煮大豆、砂糖、トマト缶、ケチャップ、油、醤油、にんにく、生姜] 春雨サラダ [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] 大根のすまし汁 [大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、醤油、塩] りんごゼリー 牛乳 [りんごジュース、砂糖、寒天]	クリームスパゲティ [スパゲティ、ウインナー、しめじ、玉ねぎ、あさり、人参、ピーマン、小麦粉、牛乳、バター、油、コンソメ] 南瓜の煮物 [南瓜、砂糖、酒、みりん、醤油] オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 塩昆布おにぎり [米、塩昆布] 牛乳	クリスマス会 ケーキコレクション ピラフ [米、ウインナー、人参、コーン、玉ねぎ、パセリ、塩、鶏がらだし] ツリーハンバーグ [豚ひき肉、玉ねぎ、塩、人参、大根、プロッコリー] ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、シーチキン、マヨネーズ、醤油] キャベツスープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] デコレーションケーキ 牛乳 [小麦粉、砂糖、卵、バター、生クリーム、苺、カラースプレー]	ハヤシライス [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、油、ハヤシライスルー] コーンスープ [コーン、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
	ご飯 さわらの西京焼き柚子風味 [さわら、ごま、柚子、味噌、砂糖、酒] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] 白菜のスープ [白菜、玉ねぎ、人参、椎茸、醤油、塩、鶏がらだし] おやつ 甘納豆の蒸しケーキ 牛乳 [ミックス粉、卵、牛乳、甘納豆、ほうれん草]	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 [手羽元、にんにく、生姜、酢、酒、醤油、砂糖] もやしの和え物 [もやし、人参、竹輪、きゅうり、醤油] えのきのすまし汁 [えのき、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、塩] オレンジゼリー 牛乳 [オレンジジュース、砂糖、寒天]	ご飯 厚揚げと春雨の煮物 [厚揚げ、春雨、豚肉、人参、ニラ、玉ねぎ、干し椎茸、鶏がらだし、にんにく、醤油、酒、砂糖、みりん] 小松菜のごま和え [小松菜、人参、もやし、ごま、醤油] 玉ねぎの味噌汁 [玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、いりこ、味噌] マカロニの安倍川黒蜜かけ [マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒糖] 牛乳	年越しうどん [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、椎茸、いりこ、みりん、醤油、塩] 焼きししゃも [ししゃも] ゆかり和え [キャベツ、人参、きゅうり、ゆかり粉] 果物 わかめおにぎり 牛乳 [米、わかめふりかけ、ごま]	特別保育 	休園日 <p>今年もお世話になりました。 皆様、よいお年をお迎えください。</p>

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳 100ml)があります
 ★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