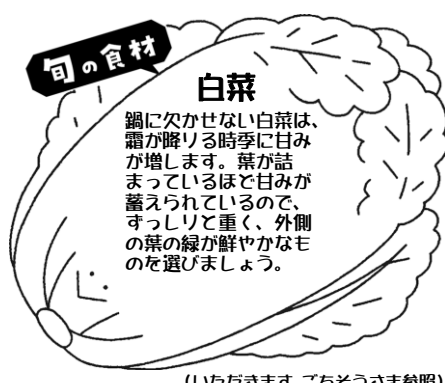
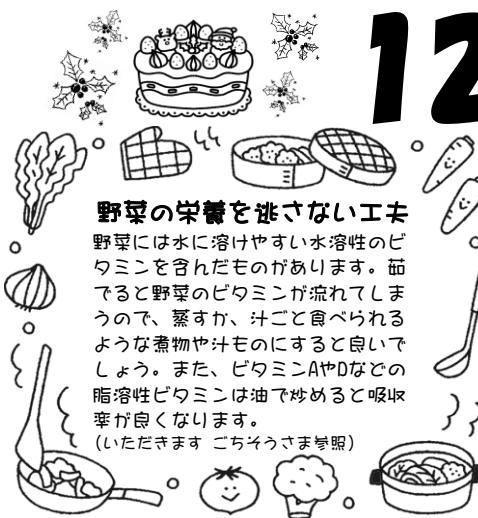


12月の献立表

令和5年12月発行
上府保育園



1日(金)	2日(土)
三色丼 [米、鶏ミンチ、ほうれん草、人参、生姜、砂糖、醤油、油、海苔] ひじきの和え物 [ひじき、きゅうり、もやし、人参、醤油] わかめスープ [わかめ、コーン、玉葱、塩、人参、鶏がらだし、醤油] 味噌まんじゅう [小麦粉、味噌、みりん、油、砂糖、B.P.] 牛乳	生活発表会

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)もちつき会	9日(土)
	ご飯 魚のソテー彩り野菜 [サケ、小麦粉、マーガリン、ピーマン、人参、玉葱、塩、コーン、こしょう、油] ブロッコリーサラダ [ブロッコリー、人参、醤油、マヨネーズ] オニオンスープ [玉葱、えのき、パセリ、塩、人参、コンソメ] 果物	ご飯 里芋と鶏肉のから揚げ [里芋、鶏肉、にんにく、塩、こしょう、酒、片栗粉、砂糖、葱、醤油、生姜、酢、油] キャベツの梅和え [キャベツ、もやし、梅干し、人参、醤油] 白菜の味噌汁 [白菜、えのき、玉葱、人参、いりこ、味噌] 果物	ご飯 豆腐のピザ焼き [豆腐、コーン、ピーマン、玉葱、チーズ、ケチャップ、油] さつま芋サラダ [さつま芋、人参、いんげん、醤油、ごま、砂糖、塩] ワンタンスープ [餃子の皮、チンゲン菜、塩、玉葱、ごま油、鶏がらだし、人参]	味噌ちゃんぽん [中華麺、豚肉、人参、エビ、キャベツ、もやし、かまぼこ、干し椎茸、さくらげ、ごま油、にんにく、鶏がらだし、醤油、味噌、砂糖、葱、油] ★あさりのバター焼き [あさり水煮、バター、醤油、酒] ほうれん草の塩つべ和え [ほうれん草、人参、塩、ごま油] 果物	炊き込みご飯 [米、鶏肉、しめじ、油揚げ、人参、ごぼう、薄口醤油、グリーンピース] 白菜のごま和え [白菜、人参、もやし、ごま、醤油] なめこの味噌汁 [なめこ、玉葱、人参、味噌、わかめ、いりこ] 果物	鶏肉とごぼうのピラフ [米、鶏肉、ごぼう、コーン、人参、グリーンピース、塩、コンソメ、バター、こしょう、醤油、油] もやしのスープ [もやし、しめじ、大根、塩、人参、パセリ、コンソメ] 果物
おやつ	生薑焼きゼンド [ロールパン、豚肉、酒、油、キャベツ、生姜、みりん、醤油] 牛乳	マカロニ2人安割 [マカロニ、きな粉、黒砂糖、砂糖、塩] 牛乳	杏仁豆腐 [牛乳、寒天、砂糖、みかん、アーモンドエッセンス、白桃、黄桃、バナナ] クラッカー	サゲおにぎり [米、サケフレーク] 牛乳	(乳児) きな粉団子 [白玉粉、豆腐、きな粉、砂糖、塩] 牛乳	菓子
	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
	ご飯 豆腐のナゲット [豆腐、鶏ミンチ、玉葱、塩、人参、生姜、長芋、こしょう、片栗粉、油、ケチャップ] 小松菜のごまサラダ [小松菜、カニカマ、人参、マヨネーズ、塩、こしょう] きのこのすまし汁 [しめじ、えのき、椎茸、葱、玉葱、いりこ、醤油、塩]	ご飯 すき焼き風煮 [牛肉、焼き豆腐、しらたき、玉葱、人参、しめじ、ごぼう、白菜、砂糖、醤油、油] ごま酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、ごま、砂糖、醤油、酢] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、油揚げ、わかめ、玉葱、いりこ、味噌] 果物	ご飯 魚の味噌煮 [サバ、味噌、みりん、砂糖、酒、生姜、片栗粉、トマト] 白菜の煮びたし [白菜、人参、油揚げ、醤油、みりん] わかめのすまし汁 [わかめ、人参、大根、醤油、卵、葱、いりこ、塩]	あんかけ焼きそば [中華麺、豚肉、イカ、人参、玉葱、白菜、ピーマン、塩、水煮葱、干し椎茸、にんにく、ごま油、こしょう、醤油、油、鶏がらだし、片栗粉] ほうれん草のナムル [ほうれん草、人参、もやし、ごま油、ごま、醤油、酢] ニラスープ [ニラ、玉葱、あさり水煮、人参、塩、鶏がらだし、醤油]	ご飯 ★鶏肉の香味焼き [鶏肉、パセリ、こしょう、塩、チーズ、オリーブ油、パン粉、にんにく] キャベツのおかか和え [キャベツ、人参、かつお節、もやし、醤油] 小松菜の味噌汁 [小松菜、玉葱、人参、味噌、しめじ、いりこ] 果物	マーボー丼 [米、豆腐、合ミンチ、玉葱、人参、生姜、にんにく、葱、ごま油、味噌、砂糖、醤油、片栗粉、油] 春雨スープ [春雨、えのき、人参、玉葱、わかめ、鶏がらだし、塩] 果物
おやつ	さつま芋とりんごの重ね煮 [さつま芋、りんご、バター、レーズン、砂糖] 牛乳	ブルーチーズ [バナナ、白桃、黄桃、砂糖、みかん、寒天]	ワインナーパイ [ワインナー、パイ生地]	そぼろおにぎり [米、鶏ミンチ、ごぼう、酒、いんげん、生姜、砂糖、醤油、油] チーズ	ぶかし芋 [さつま芋] 牛乳	菓子
	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)クリスマス会	23日(土)
	豚丼 [米、豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、にんにく、みりん、生姜、醤油、油] 果物 ふの味噌汁 [おつゆふ、玉葱、えのき、わかめ、いりこ、味噌]	シーフードスパゲティ [スパゲティ、あさり水煮、エビ、イカ、ベーコン、人参、玉葱、しめじ、にんにく、塩、こしょう、油、チーズ] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、コーン、人参、ツナ、マヨネーズ、ごま、醤油] さつま芋豆乳スープ [さつま芋、豆乳、コンソメ、しめじ、玉葱、塩]	ご飯 魚のコーンクリーム焼き [サケ、クリームコーン、塩、小麦粉、パセリ] 三色和え [ほうれん草、人参、もやし、醤油] かぶのすまし汁 [かぶ、人参、油揚げ、椎茸、葱、いりこ、塩、醤油]	ご飯 豆腐のきのこソースかけ [豆腐、しめじ、椎茸、人参、えのき、玉葱、豚ミンチ、油、醤油、片栗粉、砂糖] 切干サラダ [切干大根、ツナ、人参、酢、きゅうり、醤油、砂糖] キャベツの味噌汁 [キャベツ、人参、わかめ、玉葱、いりこ、味噌] 果物	ご飯 コーンライス [米、コーン、コンソメ、塩] エビフライ [エビ、天ぷら粉、油] パン粉、プロッコリー ミネストローネ [ワインナー、玉葱、しめじ、人参、キャベツ、じゃが芋、マカロニ、トマト缶、パセリ、塩、こしょう、コンソメ]	鶏そぼろ寿司 [米、鶏ミンチ、干し椎茸、人参、油揚げ、ごぼう、塩、砂糖、酢、醤油、海苔、昆布] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉葱、えのき、醤油、いりこ、葱、塩] 果物
おやつ	フルーチェ [フルーチェの素(ピーチ)] 牛乳	わかめおにぎり [米、わかめふりかけ、押し麦] チーズ	じゃが芋ピザ [じゃが芋、玉葱、チーズ、ワインナー、コーン、ケチャップ、油、スキムミルク、片栗粉] 牛乳	ごぼうピスケット [ごぼう、ミックス粉、牛乳、バター、B.P、砂糖、塩] 牛乳	クリスマスケーキ [小麦粉、スターシュガー、卵、グラニュー糖、生クリーム、バター、ココア、アラザン、いちご]	菓子
	25日(月)	26日(火)誕生会	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
	ご飯 高野豆腐と鶏肉の卵焼き [高野豆腐、鶏肉、ピーマン、卵、人参、玉葱、醤油、砂糖、酒、油] ほうれん草のコーン和え [ほうれん草、コーン、人参、醤油、ごま] 大根のすまし汁 [大根、椎茸、油揚げ、醤油、葱、いりこ、塩]	ポークハヤシライス [米、豚肉、玉葱、しめじ、人参、グリーンピース、油、ハヤシルー] スティックサラダ [きゅうり、人参、マヨネーズ] あさりのスープ [あさり水煮、人参、パセリ、玉葱、白菜、コンソメ、塩] 果物	ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩] ひじきと小松菜の和え物 [ひじき、小松菜、人参、ごま、醤油、砂糖] 南瓜の味噌汁 [南瓜、玉葱、人参、油揚げ、葱、いりこ、味噌]	ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、いんげん、味噌、生姜、醤油、砂糖、油] キャベツの磯和え [キャベツ、人参、もやし、海苔、醤油] 玉葱のすまし汁 [玉葱、人参、えのき、醤油、酢、いりこ、塩]	年越しきつねうどん [うどん、油揚げ、玉葱、葱、人参、かまぼこ、かつお節、昆布、塩、醤油、砂糖] じゃが芋のそぼろ煮 [じゃが芋、豚ミンチ、人参、グリーンピース、砂糖、醤油、みりん、油] わかめの酢の物 [わかめ、きゅうり、白菜、しらす干し、砂糖、醤油、酢] 果物	特別保育 よいお年をお迎えください。
おやつ	★ブライトおさう [さつま芋、油、塩] 牛乳	プリンアラモード [プリンの素、生クリーム、グラニュー糖、いちごソース、アラザン、牛乳]	あんこスコーン [あんこ、ミックス粉、牛乳、油] 牛乳	スイートポテト [さつま芋、バター、砂糖] 牛乳	エビピラフおにぎり [米、エビ、玉葱、人参、塩、コーン、ピーマン、コンソメ、こしょう、バター] チーズ	菓子

★マークは新メニューです。 ●3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 ●行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。