



12月献立表



令和2年12月発行
こくふ子ども園



新メニュー



2日ホィップあんぱん
15日豆乳ドーナツ
16日かりかりギョーザピザ
29日ココア蒸しケーキ

★が新メニューです



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
	ごはん 鶏肉の梅焼き (鶏肉、梅干し、みそ、みりん、砂糖、醤油、酒) 小松菜の磯和え (小松菜、人参、もやし、醤油、もみり) なっとう汁 (豚肉、玉葱、人参、大根、白菜、油揚げ、ねぎ、ひきわり納豆、いりこ、みそ) さつま芋とりんごの重ね煮 (さつま芋、りんご、レーズン、砂糖、バター、レモン) 牛乳	ごはん 豆腐ステーキ (豆腐、玉葱、人参、しめじ、グリーンピース、醤油、みりん、塩、片栗粉、かつお節) かぼちゃサラダ (かぼちゃ、きゅうり、じゃが芋、ウインナー、レーズン、チーズ、マヨネーズ、塩、こしょう) ニラスープ (にら、えのき、わかめ、鶏がらだし、醤油、塩) ★ホィップあんぱん (ロールパン、ホィップクリーム、こしあん) 牛乳	ごはん 魚の塩焼き (魚、塩、酒) キャベツとしめじの カレー炒め (キャベツ、しめじ、人参、ウインナー、玉葱、カレーパウダー) 里芋のみそ汁 (里芋、玉葱、厚揚げ、いりこ、みそ) 果物 フライドポテト (じゃが芋、油、塩、青のり) 牛乳	ロールパン スパゲティボリタン (スパゲティ、ウインナー、玉葱、人参、ピーマン、しめじ、油、ケチャップ、塩、こしょう、ウスターソース) 大根サラダ (大根、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ、塩、きゅうり、醤油) コンソメスープ (玉葱、人参、あさり、ブロッコリー、コンソメ、醤油) 果物 おかがおにぎり (米、かつお節、ごま、塩、醤油、みりん) 牛乳	カレーライス (米、牛肉、玉葱、人参、じゃが芋、にんにく、油) カレーパウダー、醤油 コーンスープ (コーン、玉葱、わかめ、醤油、鶏がらだし、塩) 果物 菓子	
	ごはん 八宝菜 (豚肉、白菜、しいたけ、玉葱、たけのこ、人参、かまぼこ、片栗粉、ごま油、鶏がらだし) ほうれん草のごま和え (ほうれん草、人参、もやし、醤油、ごま) 春雨スープ (春雨、人参、わかめ、玉葱、いりこ、醤油、塩) ジャムサンド (食パン、いちごジャム、マーガリン) 牛乳	他人丼 (米、豚肉、玉葱、人参、卵、葱、醤油、みりん、砂糖) 大根のそぼろ煮 (大根、鶏挽肉、生姜、砂糖、醤油) 豆腐のみそ汁 (豆腐、えのき、玉葱、葱、油揚げ、いりこ、みそ) 果物 アップルパイ (パイシート、りんご、レモン汁、卵) 牛乳	ごはん 魚の明太子焼き (魚、塩、酒、明太子、マヨネーズ、パセリ) 白菜とシーチキンの和え物 (白菜、人参、ツナ、砂糖、醤油) 豆乳スープ (ベーコン、キャベツ、あさり、しめじ、ブロッコリー、人参、豆乳、コンソメ、塩) 果物 わらびもち (わらび粉、きな粉、砂糖、塩、黒砂糖) 牛乳	肉みそラーメン (中華麺、豚ひき肉、にんにく、みそ、みりん、葱、キャベツ、玉葱、コーン、生姜、塩、鶏がらだし) ブロッコリーのごま酢和え (ブロッコリー、人参、竹輪、ごま、砂糖、酢、醤油) さつま芋のレモン煮 (さつま芋、レモン汁、砂糖) 果物 菜飯おにぎり (米、菜飯の素) 牛乳	ごはん 鶏肉のピカタ (鶏肉、塩、小麦粉、卵、粉チーズ、パセリ、油) ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、ハム、人参、マヨネーズ、塩、こしょう) 白菜のみそ汁 (白菜、えのき、人参、わかめ、ねぎ、いりこ、みそ) レーズン蒸しパン (ミックス粉、卵、牛乳、レーズン) 牛乳	
	14日(月) 総合避難訓練	15日(火)	16日(水) お茶会	17日(木)	18日(金) 誕生会	
	ごはん 魚のみそ煮 (魚、みそ、砂糖、みりん、酒、醤油、生姜、片栗粉) ブロッコリーとえのきのサラダ (ブロッコリー、えのき、人参、ツナ、酢、醤油、油、砂糖) 里芋のすまし汁 (里芋、玉葱、人参、いりこ、醤油、塩) シリアルヨーグルト (ヨーグルト、コンフレーク) 牛乳	ゆかりごはん (米、ゆかり粉) おでん (鶏肉、大根、人参、里芋、板こんにゃく、がんもどき、竹輪、鶏がらだし、昆布、砂糖、塩、醤油、酒) ほうれん草のしらす和え (ほうれん草、人参、しらす干し、醤油、ごま) 果物 ★豆乳ドーナツ (ミックス粉、卵、豆乳、油、グラニュー糖) 牛乳	ハヤシライス (米、牛肉、グリーンピース、玉葱、人参、にんにく、じゃが芋、ハヤシルー、トマトピューレ) スティック野菜 (きゅうり、人参、マヨネーズ) 果物 ★かりかりギョーザピザ (ギョーザの皮、ベーコン、ピーマン、玉葱、コーン、ケチャップ、チーズ) 牛乳	ごはん 豆腐のてまり揚げ (魚のすり身、えび、豆腐、人参、ごぼう、玉葱、葱、片栗粉、油) ひじきの和風サラダ (ひじき、きゅうり、人参、ツナ、ごま、マヨネーズ、醤油) なめこのみそ汁 (なめこ、大根、玉葱、葱、いりこ、みそ) 水ようかん (寒天、砂糖、こしあん、塩、くす粉) 牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き (豚肉、玉葱、生姜、醤油、砂糖、みりん、油) 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) あさりのスープ (あさり、えのき、小松菜、春雨、塩、醤油、コンソメ) 果物 ロールケーキ (小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム、いちご) 牛乳	
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木) クリスマス会	25日(金)	
	ごはん 魚の南蛮漬 (魚、塩、片栗粉、油、玉葱、人参、ピーマン、醤油、砂糖、酢) かぼちゃのいとこ煮 (かぼちゃ、あずき、砂糖、醤油) かぶのみそ汁 (かぶ、人参、油揚げ、わかめ、いりこ、みそ) マカロニ二倍川 (マカロニ、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	麻婆豆腐丼 (米、豆腐、豚ひき肉、人参、玉葱、たけのこ、干し椎茸、葱、にんにく、生姜、砂糖、みそ、醤油、ごま油、鶏がらだし、油) 白菜の昆布和え (白菜、人参、塩っぱ、醤油) 中華スープ (玉葱、人参、わかめ、卵、鶏がらだし、醤油、塩) 果物 カルピスゼリー (カルピス、白桃、寒天) 牛乳	ごはん グリルチキン (鶏肉、塩、こしょう) ほうれん草サラダ (ほうれん草、もやし、人参、ハム、マヨネーズ、醤油、ごま) のっぺい汁 (里芋、ごぼう、しめじ、大根、人参、油揚げ、葱、醤油、塩、片栗粉、いりこ) ぶがし芋 牛乳	ロールパン ミートローフ (豚ひき肉、玉葱、人参、コーン、グリーンピース、パン粉、牛乳、塩、こしょう、ケチャップ) 菜果サラダ (キャベツ、きゅうり、みかん、レーズン、酢、塩、こしょう、砂糖、油) コーンスープ (コーン、クリームコーン、玉葱、コンソメ、パセリ) 果物 クリスマスカップケーキ (小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム、カラースプレー、スターシュガー、いちご) 牛乳	あんかけ焼きそば (中華麺、豚肉、人参、ピーマン、キャベツ、玉葱、ごま油、塩、こしょう、醤油、鶏がらだし、片栗粉) 切干大根の和え物 (切干大根、人参、きゅうり、ごま、醤油、酢、砂糖) ほうれん草と卵のみそ汁 (ほうれん草、玉葱、油揚げ、卵、いりこ、みそ) 果物 鮭おにぎり (米、鮭フレーク、ごま) 牛乳	
	28日(月)	29日(火) 保育納め	30日(水)	31日(木)	冬至にゆず湯 12月21日は冬至で、1年でもっとも昼の長さが短い日です。この日はかぼちゃを食べることで、ゆず湯に入る風習も知られています。ゆずの香りで邪気を払い体を清めるといふ意味合いがあり、体の血行をよくし冷えをゆるらげる効果があるとされています。寒さが増してくるこの時季にゆず湯でしっかり体を温めましょう。 	
	ごはん ポークビーンズ (豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、大豆水煮、醤油、トマト缶、油、グリーンピース、ケチャップ、砂糖、塩、醤油、中濃ソース) 春雨サラダ (春雨、きゅうり、人参、ハム、マヨネーズ、醤油) オニオンスープ (玉葱、人参、あさり、パセリ、コンソメ、塩、醤油) 果物 フルーツたっぷりゼリー (もも、みかん、キウイ、寒天、砂糖、レモン) 牛乳	年越しうどん (うどん、鶏肉、玉葱、人参、油揚げ、卵、葱、いりこ、塩、醤油、みりん) ほうれん草のコーンとえ (ほうれん草、コーン、ごま、醤油) ひじきの煮物 (ひじき、人参、糸こんにゃく、いんげん、油、砂糖、醤油) 果物 ★ココア蒸しケーキ (ミックス粉、牛乳、卵、ココア、さつま芋) 牛乳	特別保育 	休園日 		

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。