



12月の献立表



令和 3年12月 1日 みなと子ども園

【今月の食育テーマ】

・食器や道具を大切にしましょう。

◇今月の食育活動◇

- 9日 スノーボール作り (ふじ)
- 21日 お楽しみおにぎり 一体タイム (さくら)
- 24日 クリスマスケキトッピング (もも、うめ、ばら、ふじ、さくら)

今月の世界の料理はインド

です。スパイスの効いた辛い料理のイメージですが、子ども園向きに食べやすくアレンジしようと思います。

お楽しみに!



生活発表会



1(水)		2(木)		3(金)		4(土)					
ご飯・豆腐の五目あんかけ・切干サラダ ふのすまし汁 ☆米 ☆豆腐 えのき なめこ 人参 玉葱 ほうれん草 みりん 塩 醤油 片栗粉 ☆切干大根 きゅうり 人参 醤油 砂糖 酢 ☆ふ 玉葱 葱 醤油 塩 煮干し ♡塩バター・大学芋・牛乳 ☆さつま芋 はちみつ バター 塩 ごま ☆牛乳		ご飯・グリルチキン・ごまネーズサラダ なっとう汁・果物(みかん) ☆米 ☆鶏肉 塩 しょう油 大根 小松菜 人参 ごま マヨネーズ 醤油 塩 ☆豚肉 里芋 人参 しめじ ごぼう 煮干し 白菜 みそ 納豆 牛乳もち ☆牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖 塩		ご飯・魚の香味焼き・パンサンスー 大根のとえのきの味噌汁 ☆米 ☆パウ 塩 しょう油 にんにく 粉チーズ パン粉 ☆パセリ オリーブ油 ☆春雨 きゅうり 人参 ハム ごま 酢 醤油 ごま油 砂糖 ☆大根 えのき 油揚げ わかめ 煮干し みそ ほうれん草蒸しパン・牛乳 ☆ミックス粉 牛乳 卵 ほうれん草 ☆牛乳		生活発表会 					
6(月) ツナとほうれん草のクリームスパゲティ コールスロー・サラダ・和風ポトフ ☆スパゲティ ツナ コンソメ ほうれん草 玉葱 にんじん 塩 しょう油 牛乳 ☆キャベツ 人参 コーン マヨネーズ 酢 ☆豚肉 大根 人参 じゃが芋 こんにやく いんげん 煮干し みりん 醤油 塩		7(火) ご飯・魚の竜田揚げ・ひじきの煮物 ニラスープ・果物(みかん) ☆米 ☆さば 片栗粉 醤油 酒 みりん 油 にんにく 生姜 ☆ひじき コーン さつま揚げ 人参 醤油 砂糖 ☆ニラ 玉葱 しめじ 人参 鶏がらだし 塩 醤油		8(水) ご飯・豚肉の味噌だれ焼き・じゃが芋の含め煮 アザリのすまし汁 ☆米 ☆豚肉 油 にんにく みそ 酒 ごま 醤油 みりん 砂糖 ☆じゃが芋 人参 いんげん 砂糖 醤油 ☆あさり 玉葱 しめじ 葱 油揚げ 煮干し 塩 醤油		9(木) スノーボール作り (ふじ)		10(金) ご飯・ポークビーンズ・小松菜ナムル コーンスープ ☆米 ☆水煮大豆 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 カットマト ケチャップ 塩 しょう油 砂糖 ☆小松菜 人参 もやし 酢 砂糖 醤油 ごま ごま油 ☆クリームコーン 玉葱 コーン ブイオン 塩 しょう油 小麦粉		11(土) ハヤシライス・すまし汁・果物(バナナ) ☆米 牛肉 玉葱 しめじ 人参 ハヤシルー 油 ☆玉葱 人参 えのき 塩 わかめ 醤油 塩 煮干し	
おほかのおにぎり・チーズ ☆米 かつお節 しらす干し ごま ☆チーズ		あんこパイ・牛乳 ☆パイ生地 こしあん ☆牛乳		しらすピザ・牛乳 ☆ピザ生地 チーズ しらす干し マヨネーズ ☆牛乳		スノーボール・牛乳 ☆小麦粉 砂糖 アーモンドプードル バター チョコ 粉糖 ☆牛乳		プリン・牛乳 ☆プリンの素 牛乳 ウエハース ☆牛乳		菓子・牛乳 ☆バターケーキ ☆牛乳	
13(月) ご飯・魚のムニエル 南瓜のそぼろ煮・♡ひらひら大根のスープ ☆米 ☆パウ 小麦粉 油 塩 ☆かぼちゃ 鶏挽肉 砂糖 醤油 ☆大根 玉葱 椎茸 葱 油揚げ 煮干し 塩 醤油		14(火) もちつき会 牛飯・具だくさん味噌汁・果物(みかん) ☆米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖 きぬぎや ☆人参 玉葱 かぼちゃ えのき 油揚げ チンゲン菜 白菜 葱 煮干し みそ		15(水) ご飯・麻婆豆腐・きゅうりの中華和え かにかまど卵のスープ ☆米 ☆豆腐 豚挽肉 油 にんにく 酒 干し椎茸 人参 玉葱 葱 ねぎ みそ 醤油 生姜 ☆きゅうり ごま ごま油 砂糖 醤油 酢 ☆カニかま 卵 えのき コーン ブイオン 塩 醤油		16(木) 誕生日会 ご飯・鮭の西京焼き・ミルクおから けんちん汁・果物(りんご) ☆米 ☆サゲみそ 酒 醤油 みりん 砂糖 ☆豚挽肉 人参 玉葱 おから 油 砂糖 塩 醤油 チーズ 牛乳 葱 ☆鶏肉 里芋 ごぼう 椎茸 白菜 人参 葱 煮干し 醤油 塩 片栗粉		17(金) 焼きそば・ほうれん草のごま和え えのきのすまし汁・果物(オレンジ) ☆中華麺 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 ビーマン かつお節 油 青のり 中濃ソース ウスターソース ☆ほうれん草 人参 コーン ごま 醤油 ☆玉葱 えのき 大根 葱 醤油 塩 煮干し		18(土) 鶏そぼろ寿司・わかめのみそ汁・果物(バナナ) ☆米 昆布 鶏ミンチ 人参 ごぼう 干し椎茸 油揚げ 酢 砂糖 醤油 のり ☆塩わかめ 豆腐 玉葱 煮干し みそ	
お好み焼き・牛乳 ☆小麦粉 BP 豚肉イカ キャベツ 牛乳 長芋 卵 青のり かつお節 ケチャップ ソース マヨネーズ ☆牛乳		チーズポテト・牛乳 ☆フライドポテト 塩 粉チーズ 油 ☆牛乳		ジャムサンド・牛乳 ☆食パン いちごジャム ☆牛乳		パフェ・牛乳 ☆アイス生クリーム コーンフレーク みかん缶 もも缶 ☆牛乳		じゃごとおほかのおにぎり・チーズ ☆米 しらす干し ごま かつお節 ☆チーズ		菓子・牛乳 ☆甘辛せんべい ☆牛乳	
20(月) インドフェス ♡バターチキンカレー ♡トマトときゅうりのカチュンバル ☆米 鶏肉 人参 玉葱 しめじ じゃが芋 油 ヨーグルト カットマト にんにく カレールウ 醤油 バター ☆トマト きゅうり コーンクミン 酢 砂糖 油 しょう油 塩		21(火) お楽しみおにぎり (さくら) ちゃんぽん・切干大根の含め煮 果物(りんご) ☆中華麺 豚肉 イカ 人参 玉葱 キャベツ かまぼこ もやし 葱 生姜 にんにく 鶏がらだし 塩 醤油 ごま油 ☆切干大根 人参 さつま揚げ いんげん 砂糖 醤油		22(水) ご飯・魚のコーンマヨネーズ焼き・金平ごぼう 春雨のスープ ☆米 ☆パウ 塩 コーン マヨネーズ パセリ チーズ ☆ごぼう 人参 しらす干し ごま 砂糖 醤油 ごま油 ☆春雨 玉葱 小松菜 椎茸 醤油 鶏がらだし 葱		23(木) ご飯・肉豆腐・即席漬 なめこのみそ汁 ☆米 ☆豆腐 牛肉 玉葱 大根 人参 しめじ しらす ینگン 醤油 砂糖 ☆キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 醤油 ☆なめこ 玉葱 えのき 煮干し 葱 みそ		24(金) クリスマス会 パン・タンドリーチキン ポテトサラダ・あさりのチャウダー ☆メロンパン ☆鶏肉 カレー粉 玉葱 塩 醤油 ヨーグルト ☆じゃが芋 きゅうり ウインナー チーズ コーン 人参 マヨネーズ 塩 しょう油 ☆あさり 人参 玉葱 キャベツ 油 鶏がらだし 豆乳 小麦粉 塩 しょう油		25(土) エビピラフ・コンソメスープ・果物(バナナ) ☆米 エビ 人参 玉葱 コーン 塩 しょう油 ブイオン マーガリン ☆玉葱 しめじ コーン 小松菜 ブイオン 塩	
ラッシャー・♡サモサ ☆ヨーグルト 牛乳 砂糖 ☆春巻きの皮 じゃが芋 玉葱 ターメリック 塩 油		お楽しみおにぎり・チーズ ☆米 塩 のり サケフレーク 塩昆布 ツナ マヨネーズ ☆チーズ		マカロニ安倍川・牛乳 ☆マカロニ きな粉 砂糖 塩 ☆牛乳		ミニアメリカンドッグ・牛乳 ☆魚肉ソーセージ ミックス粉 油 ケチャップ ☆牛乳		X'mas ケーキ・牛乳 ☆小麦粉 卵 グラニュー糖 バター 生クリーム いちご ☆牛乳		菓子・牛乳 ☆ビスケット ☆牛乳	
27(月) ご飯・豆腐のおやき・レバーの甘辛煮 チンゲン菜のスープ ☆米 ☆豆腐 おから ツナ 葱 パン粉 卵 脱脂粉乳 ケチャップ ☆鶏レバー にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ☆玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がらだし 塩 醤油		28(火) ご飯・豚肉じゃが・小松菜のごま和え もやしのすまし汁・果物(みかん) ☆米 ☆豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 しらす ینگン 油 酒 砂糖 醤油 ☆小松菜 人参 ごま 醤油 ☆もやし あさり しめじ 人参 煮干し 醤油 塩		29(水) 年越しうどん・サケの塩焼き 白菜のゆかり和え・果物(みかん) ☆うどん 玉葱 人参 鶏肉 卵 葱 油 醤油 みりん 煮干し 塩 かまぼこ 椎茸 ☆サケ 塩 ☆白菜 きゅうり ゆかり粉 醤油		30(木) 特別保育 		31(金) 休園日 		☆3歳未満は午前のおやつ(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。	
さつま芋とりんごの重ね煮・牛乳 ☆さつま芋 りんご レーズン バター 砂糖 レモン ☆牛乳		フルーツサンド・牛乳 ☆食パン 生クリーム バナナ みかん缶 ☆牛乳		菜飯おにぎり ☆米 菜飯ふりかけ しらす干し		休園日 		☆新メニューには♡がついています。お楽しみに!			