



12月献立表



令和2年12月発行
ながさわ子ども園



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
	ご飯 豚肉じゃが 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、こんにゃく、グリーンピース、砂糖、醤油、油、酒 ブロッコリーの甘酢和え ブロッコリー、人参、砂糖、醤油、酢 心の味噌汁 お豆腐、玉葱、えのき、葱、味噌、いりこ バナナ もちもちあんドーナツ ミックス粉、白玉粉、あんこ、油 牛乳	ご飯 フワフワシューマイ 豆腐、はんぺん、鶏ミンチ、塩、こしょう、人参、玉葱、片栗粉、醤油、ごま油、砂糖、生姜、しゅうまいの皮 ほうれん草の酢味噌和え ほうれん草、わかめ、竹輪、人参、酢、砂糖、醤油、味噌 とろみ汁 さつま芋、ごぼう、白菜、玉葱、葱、片栗粉、いりこ、醤油、塩 杏仁豆腐 牛乳、寒天、砂糖、白桃、黄桃、みかん、バナナ、アーモンドエッセンス	味噌ちゃんぽん 中華麺、豚肉、人参、きゃべつ、もやし、かまぼこ、キヌサヤ、にんにく、鶏がらだし、醤油、味噌、砂糖、ごま油 卵焼き 卵、ピーマン、じゃが芋、玉葱、コンソメ、塩、こしょう、オリーブ油 白菜のゆかり和え 白菜、人参、醤油、ゆかり粉 みかんおやき 米、桜エビ、チーズ、しらす干し、ごま、醤油、酒 牛乳	プリ丼 米、プリ、にんにく、生姜、塩、酒、油、醤油、砂糖、みりん、ほうれん草、人参 金平ごぼう ごぼう、人参、ピーマン、油揚げ、砂糖、醤油、ごま、ごま油 ★なっとん汁 納豆、豚肉、大根、人参、里芋、ごぼう、こんにゃく、葱、いりこ、味噌 芋ようかん さつま芋、砂糖、寒天、塩 牛乳	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">生活発表会</div>	
	7日(月) たらこスパゲティ スパゲティ、たらこ、玉葱、海苔、油、塩、バター 南瓜サラダ 南瓜、じゃが芋、きゅうり、人参、レーズン、スキムミルク、塩、こしょう かき玉汁 卵、玉葱、えのき、人参、葱、いりこ、醤油、塩 バナナ	8日(火) ★おからナゲット おから、豆腐、片栗粉、マヨネーズ、鶏がらだし、にんにく、塩、油、ブロッコリー 切り干し大根の含め煮 切り干し大根、さつま揚げ、人参、いんげん、砂糖、醤油 ★カレースープ 玉葱、じゃが芋、きゃべつ、ウインナー、カレー粉、コンソメ、塩、こしょう	9日(水) ★くまさんサンド ロールパン、ウインナー、ケチャップ、チーズ、のり ビーフシチュー 牛肉、にんにく、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、マーガリン、小麦粉、トマト缶、ソース、ケチャップ、グリーンピース りんご 鮭おにぎり 米、押し麦、サケフレーク チーズ	10日(木) ご飯 ササミのチーズフライ 鶏ササミ、塩、こしょう、チーズ、小麦粉、パン粉、油、ブロッコリー 野菜サラダ きゃべつ、きゅうり、りんご、レーズン、油、酢、塩、こしょう オニオンスープ 玉葱、大根、えのき、パセリ、コンソメ、塩 マカロニ安倍川 マカロニ、きな粉、塩、砂糖、黒砂糖 牛乳	11日(金) ご飯 魚の梅煮 サバ、梅干し、生姜、酒、砂糖、醤油、きゃべつ ひじきの華風和え ひじき、人参、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、醤油、ごま、ごま油 南瓜の味噌汁 南瓜、玉葱、油揚げ、味噌、いりこ りんご ★さつま芋ケーキ さつま芋、牛乳、卵、砂糖、小麦粉、バター 牛乳	12日(土) チキンライス 米、鶏肉、人参、玉葱、グリーンピース、塩、こしょう、ケチャップ、コンソメ、バター コンソメスープ きゃべつ、しめじ、玉葱、塩、コンソメ バナナ菓子 牛乳
おやつ	お好み焼き 小麦粉、B.P、卵、牛乳、山芋、きゃべつ、豚肉、葱、ソース、油 牛乳	プリン 牛乳、卵、グラニュー糖	りんご 鮭おにぎり 米、押し麦、サケフレーク チーズ	マカロニ安倍川 マカロニ、きな粉、塩、砂糖、黒砂糖 牛乳	バナナ菓子 牛乳	
	14日(月) 菜飯 米、菜飯ふりかけ 白菜と肉団子のスープ煮 鶏ミンチ、葱、スキムミルク、生姜、片栗粉、白菜、玉葱、人参、椎茸、山芋、鶏がらだし、塩、醤油 納豆和え 納豆、ほうれん草、人参、もやし、醤油、海苔 みかん	15日(火) もちつき会 ご飯 魚の塩焼き アジ、塩、トマト じゃが芋の煮物 じゃが芋、人参、グリーンピース、砂糖、醤油 大根の味噌汁 大根、玉葱、しめじ、人参、葱、味噌、いりこ	16日(水) ご飯 揚げだし豆腐 豆腐、片栗粉、醤油、みりん、かつお節、昆布、ほうれん草 根菜サラダ(かみかみデー) ごぼう、れんこん、きゅうり、人参、ツナ、マヨネーズ、ごま、醤油 里芋の味噌汁 里芋、人参、玉葱、葱、いりこ、味噌 カルシウムラスク 食パン、マーガリン、チーズ、ごま、青のり、グラニュー糖 牛乳	17日(木) 塩焼きそば 中華麺、豚肉、イカ、玉葱、人参、ピーマン、きゃべつ、油、鶏がらだし、塩 レバーの甘辛煮 鶏レバー、にんにく、生姜、醤油、砂糖、酒 ミルクスープ さつま芋、玉葱、人参、パセリ、牛乳、塩、コンソメ りんご ツチッぽおにぎり 米、押し麦、塩昆布、ツナ 牛乳	18日(金) 誕生会 ★コーンライス 米、コーン、塩 鶏のから揚げ 鶏肉、にんにく、生姜、醤油、みりん、塩、酒、片栗粉、油、ブロッコリー、南瓜 ミネストローネ 玉葱、人参、ベーコン、じゃが芋、マカロニ、グリーンピース、トマト缶、コンソメ、塩 みかん 抹茶ロールケーキ 小麦粉、卵、グラニュー糖、バター、生クリーム、抹茶 牛乳	19日(土) 鶏そぼろ寿司 米、砂糖、酢、塩、鶏ミンチ、人参、ごぼう、椎茸、キヌサヤ、昆布、醤油 すまし汁 豆腐、もやし、椎茸、わかめ、醤油、塩、いりこ りんご菓子 牛乳
おやつ	パンデモンスパイ パイ生地、南瓜、グラニュー糖 牛乳	おしるこ あんこ、塩、白玉粉、豆腐、砂糖、小豆 牛乳	カルシウムラスク 食パン、マーガリン、チーズ、ごま、青のり、グラニュー糖 牛乳	りんご ツチッぽおにぎり 米、押し麦、塩昆布、ツナ 牛乳	抹茶ロールケーキ 小麦粉、卵、グラニュー糖、バター、生クリーム、抹茶 牛乳	
	21日(月) ご飯 ★魚の幽庵焼き サケ、柚子、エリンギ、椎茸、醤油、酒、みりん、ブロッコリー 南瓜の含め煮 南瓜、人参、醤油、砂糖 かぶの味噌汁 かぶ、人参、ごぼう、葱、いりこ、味噌 ★ココア蒸しパン 小麦粉、B.P、ココア、卵、牛乳、砂糖、バター 牛乳	22日(火) ご飯 炒り豆腐 豆腐、鶏ミンチ、玉葱、人参、竹輪、椎茸、葱、油、酒、砂糖、醤油、みりん ほうれん草のお浸し ほうれん草、人参、かつお節、昆布、醤油、みりん 白菜のすまし汁 白菜、玉葱、しめじ、わかめ、いりこ、塩、醤油 さつま芋とりんごの含め煮 さつま芋、りんご、レーズン、砂糖、マーガリン、レモン 牛乳	23日(水) 野菜ラーメン 中華麺、人参、玉葱、もやし、椎茸、チンゲン菜、コーン、醤油、鶏がらだし、かつお節、昆布 ぎょうざ 餃子の皮、豚ミンチ、きゃべつ、ニラ、生姜、ごま油、醤油、油、塩、酒、トマト バナナ おこわ もち米、鶏肉、人参、しめじ、ごぼう、筍、油揚げ、椎茸、醤油、砂糖、かつお節、昆布 牛乳	24日(木) ★さつま芋と塩昆布のご飯 米、さつま芋、塩昆布 野菜あんかけ 豆腐、椎茸、人参、玉葱、ピーマン、みりん、醤油、酒、片栗粉、昆布、かつお節 貝だくさん味噌汁 玉葱、えのき、白菜、大根、南瓜、葱、味噌、いりこ みかんクッキー 小麦粉、バター、砂糖、アーモンドプードル、牛乳 牛乳	25日(金) クリスマス会 クロワッサン ミートロフ、合ミンチ、玉葱、パン粉、ケチャップ、塩、こしょう、人参、チーズ、グリーンピース、コーン、ソース、砂糖 マセドニアンサラダ じゃが芋、ウインナー、きゅうり、人参、チーズ、マヨネーズ、塩、こしょう コーンスープ コーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩 クリスマスムース 生クリーム、ヨーグルト、ゼラチン、砂糖、レモン汁、いちごソース、コーンフレーク、飾り	26日(土) 炊き込みご飯 米、鶏肉、人参、ごぼう、さつま揚げ、薄口醤油 きゃべつの味噌汁 きゃべつ、人参、椎茸、葱、味噌、いりこ バナナ菓子 牛乳
おやつ	バナナ菓子 牛乳	おこわ もち米、鶏肉、人参、しめじ、ごぼう、筍、油揚げ、椎茸、醤油、砂糖、かつお節、昆布 牛乳	みかんクッキー 小麦粉、バター、砂糖、アーモンドプードル、牛乳 牛乳	クリスマスムース 生クリーム、ヨーグルト、ゼラチン、砂糖、レモン汁、いちごソース、コーンフレーク、飾り		
	28日(月) ご飯 鶏肉のマーマレード煮 鶏肉、にんにく、マーマレードジャム、酒、砂糖、醤油、油、きゃべつ 春雨の酢の物 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま、ごま油、砂糖、醤油、酢 大根のすまし汁 大根、玉葱、えのき、葱、塩、醤油、いりこ マーマレード 小麦粉、B.P、卵、牛乳、黒砂糖、油、醤油 牛乳	29日(火) 年越しうどん うどん、玉葱、人参、卵、鶏肉、葱、油揚げ、醤油、みりん、塩、いりこ ししゃもの天ぷら ししゃも、天ぷら粉、油、ブロッコリー 小松菜とあさりの和え物 小松菜、白菜、あさり、醤油 バナナ ごま味噌もち もち米、米、砂糖、ごま、味噌、酒、みりん 牛乳	30日(水) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">特別保育</div>	31日(木) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">休園日</div>	<div style="text-align: center;"> </div> <p>12月21日は冬至で、1年でもっとも昼の長さが短いです。冬至は、寒い季節を元気で乗り切るために準備する日ともいえます。この日は風邪などの予防が期待できる南瓜を食べることと並んで、ゆず湯に入る習慣も知られています。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、冷えを和らげる効果があるといわれています。園では給食に南瓜とゆずを入れています。しっかりと食べて風邪などを吹き飛ばしましょう。</p>	
おやつ	ごま味噌もち もち米、米、砂糖、ごま、味噌、酒、みりん 牛乳	菓子				

●3歳未満児のみ午前のおやつに牛乳(100ml)を飲みます。●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。★印は新しいメニューです。