

乳児(ひよこ・あひる・あかぐし), 幼児, もも・き・あおぐし)

献立表

1 がつ

今年もおし・週間となり, 12/29 ~ 1/3 までは保育園がお休みの日となります。
 年末年始の休み中は, 家族と一緒に過ごす時間が増えるので, お正月のおせちや
 おせち料理などを食べて, 家でゆくりと楽しく過ごして欲しいと思います。
 ☆7日(木)は園でもおせち料理を食べます。完全給食になる為, 幼児は主食が違います。

	⑩ 11. 25	④ 12. 26	③ 13. 27	④ 14. 28	⑤ ①. 15. 29	⑥ ②. 16. 30
献立	ビビンバ 中華スープ くだもの	コーンコロック 切り干しナポリタン コンソメスープ	たらの西京焼き 小松菜とささみの 和え物 すまし汁	鶏肉と大根の煮物 水菜のゴマ和え みそ汁	八宝菜 いとどりナール	鶏あんかけ うどん ちんげん菜のしらす 和え
材料	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 きゅうりのほうれん草 18 25 たまやし 20 30 人参 10 12 ねぎ 1 2 にんにく 10 10 しょうゆ, 酒, おろし, 砂糖, コマ油 白菜 17 25 ピーマン 6 8 五ねぎ 15 20 人参 5 7 鶏がらスープ, 塩, コマ油 いよかん, おかん など	パン 乳幼 合挽きミンチ 22 35 ひがいの 40 60 五ねぎ 10 15 コーン 7 10 小麦粉 4 6 パン粉 10 15 油 (砂糖, しゅうゆ, おろし, 塩) 切り干し大根 7 7 シーチキン 5 7 人参 4 6 五ねぎ 10 15 ピーマン 6 8 (マヨネーズ, 砂糖, しゅうゆ) 人参 5 7 エリンギ 6 8 ほうれん草 3 5 (コンソメ, 塩)	ごはん 乳幼 魚 40 60 (白味噌, おろし, 砂糖, 酒) 小松菜 30 45 ささみ 10 15 人参 3 5 人参 3 5 ごぼう 4 6 しめじ 4 6 えのき 1 2 かつお 1 2 (しょうゆ, 酒, おろし, 塩)	ごはん 乳幼 鶏肉 22 35 大根 35 50 水煮大豆 7 10 人参 10 15 (酒, おろし, しゅうゆ, 砂糖) 水菜 22 35 人参 3 5 ゴマ 0.7 1 (しょうゆ) 五ねぎ 15 20 人参 5 7 人参 20 30 ひがいの 0.7 1 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 白菜 25 35 人参 6 10 もやし 15 20 しめじ 4 6 ピーマン 4 5 (鶏がらスープ, 塩, 酒, しゅうゆ, コマ油) ほうれん草 15 20 たまやし 18 25 人参 3 5 コーン 5 7 (しょうゆ, コマ油)	ごはん 乳幼 うどん 40 60 鶏肉 25 35 しめじ 6 8 えのき 6 8 人参 6 8 水菜 2 3 (昆布, うすくちしゅうゆ, 砂糖, 濃口しゅうゆ, 酒, おろし, 塩, 片栗粉) ちんげん菜 30 45 人参 3 4 コーン 4 5 しらす干し 1 2 (酢, しゅうゆ, 油)
おやつ	厚焼きたまごサンド(牛乳) (ポテトサラダ) 食パン, 卵, ひがいの, 五ねぎ, 人参, 塩, ケチャップ	ぎのねうどん, お茶 (うどん, 昆布, 酒, おろし, うすくちしゅうゆ, 濃口しゅうゆ, 砂糖, 塩, 油あず, わかめ, ねぎ など)	野菜チップス, 牛乳 (かんこん, さつまいも, 人参, いんげん など) 油, 塩	園の柑橘子割りケーキ (園の柑橘ケーキ)牛乳 (小麦粉, ヨーグルト, パウダー, 砂糖, ベーキングパウダー, 夏かん, 金柑 など)	15日: 小豆がゆ, お茶 (米, 小豆, 塩) 27日: おたけうどん, お茶 (白玉粉, 砂糖, 片栗粉, しゅうゆ)	せんべいなど, お茶

	⑩ ④. 18	④ 5. 19	③ 6. 20	④ ⑦. 21	⑤ ⑧. 22	⑥ ⑨. 23
献立	かぼちの(乳製品用法) 大豆 サラダ くだもの	鶏肉のてりやき スティック野菜 コンソメスープ	鮭のいそべ焼き 納豆和え みそ汁	煮しめ 紅白なます 黒豆 すまし汁	マ・ボ・豆腐 海苔サラダ くだもの	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ みそ汁
材料	ごはん 乳幼 合挽きミンチ 30 40 かぼち 40 60 人参 15 20 五ねぎ 30 40 バター 3 4.5 小麦粉 6 8 カレー粉 0.2 0.35 スキムミルク 0.7 1 ヨーグルト 3 4 チーズ 1 2 (マヨネーズ, 黒砂糖, 塩) 水煮大豆 15 20 高野豆腐 3 4 人参 6 8 さつまいも 15 20 (酢, 味噌, しゅうゆ, 塩, 油) りんご, おかん など	パン 乳幼 鶏肉 50 70 (酒, おろし, 砂糖, しゅうゆ) ブロッコリー 18 25 ひがいの 25 35 かんこん 10 15 人参 15 20 (レモン汁, マヨネーズ, 砂糖, 塩) 五ねぎ 10 15 大根 20 30 しめじ 3 5 コーン 5 7 人参 5 7 (コンソメ, 塩)	ごはん 乳幼 魚 35 60 青のり (酒, しゅうゆ, 油) みきわりの納豆 7 10 ほうれん草 10 15 人参 5 7 白菜 15 20 もやし 10 15 シーチキン 7 10 焼きのり 0.3 0.5 豆腐 25 35 油あず 3 4 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 7日: 赤飯, 21日: 赤粥 鶏肉 30 40 堀川ごぼう 15 20 金時人参 15 20 根こんこん 10 15 かんこん 10 15 里芋 30 40 絹さや 2 3 (酒, しゅうゆ, おろし, 砂糖) 大根 25 35 金時人参 3 4 (酢, 砂糖, 塩) 黒豆 8 10 (砂糖, しゅうゆ) ぼうじょう 1 2 湯葉 1 2 かつお 1 2 (酒, おろし, しゅうゆ, 塩)	ごはん 乳幼 豚ミンチ 30 40 豆腐 60 80 ねぎ 3 4 土生菜, にんにく 0.2 0.3 (赤味噌, 鶏がらスープ, しゅうゆ, 塩, コマ油) 片栗粉 海苔 1 2 みじん 0.3 0.4 ささみ 6 10 人参 5 7 黄パプリカ 3 5 (酢, 砂糖, 塩) いよかん, おかん など	ごはん 乳幼 豚肉 30 45 五ねぎ 10 15 土生菜 0.2 0.3 (酒, しゅうゆ) マカロニ 8 12 シーチキン 6 8 きゅうり 5 7 人参 4 6 コーン 3 5 (マヨネーズ, 塩) ふ 0.7 1 わかめ 0.3 0.4 (味噌)
おやつ	ちんすこう, お茶 (小麦粉, 油, きび砂糖, 黒砂糖, 砂糖, 抹茶, ココア など)	おたけのしらすパスタ, 牛乳 (パスタ, 豚ミンチ, 五ねぎ, トマト水煮缶, かつお煮缶, 塩昆布, 砂糖, マヨネーズ, 塩)	豆乳ワッフル, 牛乳 (食パン, 豆乳, 砂糖, コーンスターチ, ココア, 旬の果物 (かんこん, いんげん, ぶどう, 梨, 桃))	7日: 七草がゆ, お茶 (米, 七草, 塩, うすくちしゅうゆ) 21日: いそべもちもち, 牛乳 (白玉粉, 青のり, 塩, 油, 水, 砂糖, しゅうゆ, 焼きのり)	カヌッパ, 8日: 牛乳, 22日: お茶 (ワッフル, 牛乳, レーズン, ワッフルチーズ, 砂糖, シーチキンなど)	ビスケットなど, お茶