

献立表 12月

2022/11/25 やまのうちほいくえん

乳児（あひる・あかぐみ）、幼児（もも・き・あおぐみ）

11月も後半となり、朝晩の冷え込みが厳しくなってきましたね。日中は日差しの暖かさが感じられ、毎日園庭では子どもたちの元気な声が響いています。これからの季節は乾燥などもあり、風邪などもひきやすくなります。うがい、手洗いはもちろん、身体を温めてくれる食材を食べたり、たっぷり休息をとるなどして大人も子どもも予防していきたいですね。

	㊤ 12・26	㊦ 13・27	㊧ 14・28 <small>(協力日)</small>	㊨ 1・15・29	㊩ 2・16・30	㊪ 3・17・31
献立	肉じゃが 水菜としらすの おかか和え すまし汁 ごはん	ブリのてりやき 高野豆腐煮 豚汁 ごはん	かぼちゃのグラタン ミネストローネ パン	八宝菜 海そうサラダ くだもの ごはん	メンチカツ かぼちゃサラダ みそ汁 ごはん	鶏あんかけうどん キャベツとしらすの お浸し うどん
材料	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 系こんにゃく しょうゆ、酒 みりん、砂糖 水菜 しらす干し 人参 えのき 花かつお しょうゆ 豆腐 わかめ 酒、みりん 塩、しょうゆ	ぶり 酒、みりん、砂糖 しょうゆ、片栗粉 高野豆腐 人参 しめじ 絹さや 酒、みりん、砂糖 しょうゆ 豚肉 大根 人参 油あげ ごぼう さつま芋 ねぎ 味噌	鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ マッシュルーム ほうれん草 バター、小麦粉 牛乳、スキムミルク チーズ、塩 キャベツ 人参 玉ねぎ セロリ コーン 水煮大豆 トマト水煮 コンソメ、塩	豚肉 白菜 人参 もやし しめじ 小松菜 鶏ガラスープ 塩、しょうゆ、酒 片栗粉 海そう 人参 きゅうり 黄パプリカ 大根 酢、砂糖、塩 りんごなど	合挽きミンチ キャベツ 玉ねぎ 小麦粉 パン粉 豆乳 塩 かぼちゃ りんご レーズン 玉ねぎ マヨドレ、塩 豆腐 油あげ なめこ ほうれん草 味噌	うどん 鶏肉 しめじ えのき 人参 水菜 昆布、砂糖、酒 しょうゆ(うす口、濃口) みりん、塩、片栗粉 キャベツ 人参 コーン しらす干し 花かつお しょうゆ
おやつ	いそべもちもち 牛乳 白玉粉、米粉、青のり 塩、油、水、砂糖、 しょうゆ、焼きのり	ママレードケーキ 牛乳 小麦粉、砂糖、卵 BP、バター、水 ママレードジャム	おはぎ、お茶 米、もち米、あんこ 砂糖、塩、きなこ	さつま芋もち、牛乳 さつま芋、片栗粉、塩 砂糖、しょうゆ、酒 みりん、レーズン	蒸しパン、牛乳 小麦粉、砂糖、抹茶 ベーキングパウダー ココア、りんご ジャムなど	おせんべい、くだものな ど、お茶
	㊤ 5・19	㊦ 6・20	㊧ 7・21	㊨ 8・22	㊩ 9・23	㊪ 10・24
献立	冬のあったか鍋 くだもの ごはん	鶏のてりやき れんこんサラダ 具だくさんスープ パン	豆と大根のカレー ブロッコリーの マリネ ごはん	ゆず香る たらの西京焼き (8日)おからの炒り煮 (22日)かぼちゃのいとこ煮 すまし汁 ごはん	おでん ほうれん草の梅和え くだもの ごはん	まいたけと 豚バラの肉うどん キャベツと水菜の 和えもの うどん
材料	豚肉 白菜 水菜 かぶ 人参 油あげ まいたけ 白ねぎ マロニー 酒、みりん、砂糖 しょうゆ、塩 柿、みかんなど	鶏肉 酒、みりん しょうゆ、砂糖 れんこん シーチキン 人参 ひじき 豆苗 マヨドレ、塩 じゃが芋 玉ねぎ ほうれん草 人参 しめじ コンソメ、塩	牛肉 大根 玉ねぎ 人参 水煮大豆 コーン じゃが芋 バター、小麦粉 カレー粉、ヨーグルト スキムミルク、チーズ ケチャップ 黒砂糖、塩 ブロッコリー 赤パプリカ 黄パプリカ キャベツ 酢、砂糖、塩 オリーブ油	たら 白味噌、砂糖 みりん、酒、ゆず (8日)おから 人参 油あげ まいたけ ごぼう ねぎ 酒、みりん しょうゆ、砂糖 (22日)かぼちゃ 小豆 砂糖、塩、酒 みりん、しょうゆ れんこん 人参 玉ねぎ みつば 酒、みりん、塩、しょうゆ	鶏肉 ウイニー 大根 人参 板こんにゃく 厚あげ 砂糖、酒、みりん しょうゆ ほうれん草 えのき 人参 梅干し 花かつお しょうゆ りんご、みかんなど	うどん 豚バラ肉 まいたけ 人参 ねぎ 昆布、酒、みりん 砂糖、塩 しょうゆ(うす口、濃口) キャベツ 水菜 人参 わかめ 酢、砂糖、しょうゆ 塩
おやつ	米粉ショートブレッド 牛乳 米粉、片栗粉、きなこ 塩、サラダ油、豆乳 メープルシロップ レーズン	おにぎり、お茶 米、酒、塩、うす口しょうゆ 大根葉+ちりめんじゃこ or わかめ+ちりめんじゃこ	いろいろ、牛乳 小麦粉、片栗粉、砂糖 抹茶、黒砂糖、ココアなど	ポップコーンと田作 り、牛乳 生ポップコーン、油、塩 かえりちりめん、酒 しょうゆ、砂糖	クレープ、牛乳 小麦粉、砂糖、バター 牛乳、生クリーム ジャム、バナナ みかん缶、桃缶など	ビスケット、くだもの など、お茶

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。