

ひまわりやすにし保育園

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)	
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)		
15	金	ご飯	ポークチャップ 春雨サラダ フルーツ ☆牛乳・ストロベリーゼリー・昆布	豚肉 ハム 牛乳・昆布	油,砂糖 春雨,マヨネーズ ゼリーの素	人参,玉葱,ピーマン 人参,コーン,きゅうり 果物	
16	土	パン / タ	クリームスパゲティ 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	いか,えび,牛乳,スキムミルク 青のり 牛乳	パスタ,シチューの素,油 じゃが芋 お菓子	人参,玉葱,しめじ,ほうれん草 果物	
18	月	ご飯	肉豆腐 青梗菜としらすのごま和え フルーツ ☆牛乳・コンソメポテト	牛肉,焼き豆腐 ちりめん 牛乳	油,砂糖 砂糖,ごま フライドポテト,油	人参,玉葱,しめじ,葱 青梗菜,人参,キャベツ	
19	火	ご飯	白身魚の磯辺揚げ ひじきの炒め煮 かき玉汁 ☆牛乳・フルーツ・お菓子	白身魚,青のり ひじき,豆腐,蒲鉾,油揚 卵 牛乳	油,小麦粉 油,砂糖 片栗粉 お菓子	人参,ピーマン 人参,玉葱,葱 果物	
20	水	ご飯	千草焼き 花野菜サラダ わかめスープ ☆牛乳・マカロニの安倍川	牛ひき肉,卵 わかめ 牛乳,きな粉	油,砂糖 マヨネーズ ごま 砂糖,マカロニ	人参,玉葱,ピーマン,干し椎茸 ブロッコリー,カリフラワー 人参,玉葱,葱	
21	木	ご飯	かぼちゃのそぼろ煮 ゆず入りなます 味噌汁 フルーツ ☆牛乳・おふラスク	豚ひき肉 ちりめん 豆腐,みそ,煮干し 牛乳	油,砂糖 ごま,砂糖 砂糖,マーガリン,ふ	かぼちゃ,生姜,グリーンピース かぶ,人参,ゆず 玉葱,葱 果物	
22	金	クリスマスバイキング					
25	月	ご飯	さけのチャンチャン焼き けんちん汁 フルーツ ☆ヨーグルト・お菓子	さけ,みそ 豚肉,豆腐,油揚 ヨーグルト	砂糖 油 お菓子	人参,玉葱,キャベツ,ピーマン 人参,大根,ごぼう,葱 果物	
26	火	パン	白菜と肉団子のスープ スパゲティサラダ フルーツ ☆牛乳・小魚焼き	鶏ひき肉 ツナ缶 牛乳ちりめん,卵,青のり	春雨,片栗粉 パスタ,マヨネーズ お好みー	白菜,人参,葱,生姜,干し椎茸 きゅうり,キャベツ,人参,コーン 果物 キャベツ	
27	水	ご飯	凍り豆腐の炒め煮 チリコンカン フルーツ ☆牛乳・クラッカーサンド	えび,高野豆腐,昆布 合いびき肉,水煮大豆 牛乳,チーズ,ツナ缶	油,砂糖,片栗粉 油,砂糖 クラッカー,マヨネーズ	人参,しめじ,グリーンピース 人参,玉葱,パセリ 果物	
28	木	ご飯	大根と豚肉の煮物 ほうれん草のゴマネーズ フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	豚肉,油揚 ちりめん 牛乳,チーズ	油,砂糖,生姜 砂糖,マヨネーズ コーンフレーク	大根,人参,生姜 ほうれん草,人参,キャベツ 果物	
29	金	お弁当の日					

※ 5日…おむすび作り(たんぼぼ組・幼児組)

※ 7日…卵サンド作り(たんぼぼ組・幼児組)

※ 22日…クリスマスバイキング(幼児組)

ゆで卵の殻むき(ゆり組)