

# 平成30年12月 献立表

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)	
1	土	うどん	かやくうどん かぶの甘酢 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛肉・鶏卵・蒲鉾・油揚げ・わかめ ちりめん・わかめ 牛乳	砂糖・うどん ごま・砂糖 お菓子	人参・玉葱・葱 かぶ・人参 果物
3	月	パン	オムレツ いんげんのごま和え キャベツのスープ ☆わかめむすび・チーズ	鶏卵・鶏ひき肉 ベーコン・わかめ チーズ・わかめ	ごま・砂糖 米	玉葱・人参・ピーマン いんげん・人参 キャベツ・人参・玉葱・葱
4	火	ご飯	魚の磯辺揚げ ブロッコリー かき玉汁 ☆牛乳・ホットケーキ	白身魚・青のり 鶏卵 牛乳	小麦粉・油 片栗粉 ホットケーキミックス・マーガリン・スキムミルク・砂糖	ブロッコリー 玉葱・人参・葱 レーズン
5	水	うどん	根菜カレー フレンチサラダ フルーツ 牛乳・パースデークッキー	鶏肉 ロースハム 牛乳・鶏卵	カレールウ・スキムミルク・油 油・砂糖 小麦粉・マーガリン・砂糖	大根・玉葱・人参・れんこん・ごぼう・いんげん キャベツ・人参・きゅうり 果物
6	木	ご飯	大根と豚肉の煮物 ポテトサラダ フルーツ ☆牛乳・ラスク	豚肉・油揚げ 牛乳	油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズ ロールパン砂糖・マーガリン	大根・人参・生姜 人参・きゅうり・コーン 果物
7	金	ご飯	すき焼き風煮 春雨の酢の物 フルーツ 牛乳・ぶどうゼリー・いりこ	牛肉・焼き豆腐 ちりめん 牛乳・いりこ	麩・糸こんにやく・砂糖・油 春雨・砂糖 ぶどうゼリーの素	白菜・玉葱・人参・春菊・葱 コーン・きゅうり・人参 果物
8	土	パン スター	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	スパゲティ・シチューの素 じゃが芋 お菓子	玉葱・人参・しめじ・ほうれん草 人参 果物
10	月	ご飯	凍り豆腐の卵とじ ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・ツナとにらの落とし焼き	凍り豆腐・鶏卵 ローハム・ちりめん・ひじき 牛乳・シーチキン・鶏卵	砂糖 ごま・砂糖・油 小麦粉・油・砂糖	人参・玉葱・にら ほうれん草・キャベツ 果物 にら・葱・コーン
11	火	ご飯	さけの塩焼き 切干大根の煮物 さつま汁 ☆フルーツヨーグルト	さけ 油揚げ・蒲鉾 豚肉・豆腐・油揚げ ヨーグルト・スキムミルク	砂糖 味噌・さつま芋 砂糖	切干大根・人参・いんげん・干し椎茸 人参・大根・ごぼう・葱 黄桃缶・みかん缶
12	水	ご飯	おでん キャベツの甘酢和え フルーツ ☆牛乳・ドーナツ	豚肉・鶏卵・さつま揚げ・昆布 ちりめん 牛乳・スキムミルク・鶏卵	砂糖・板こんにやく 砂糖 油・ホットケーキミックス・砂糖	大根・人参 キャベツ・人参 果物
13	木	ご飯	ささみのフライ 花野菜サラダ むらくもスープ ☆じゃこトースト	ささみ 鶏卵 ちりめん	小麦粉・パン粉・油 マヨネーズ 片栗粉 食パン・マヨネーズ	ブロッコリー・カリフラワー 人参・玉葱・パセリ パセリ
14	金	ご飯	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ フルーツ 牛乳・マカロニの安倍川	豚肉・牛乳・スキムミルク・チーズ ロースハム 牛乳・きな粉	じゃが芋・シチューの素・油 油・砂糖 マカロニ・砂糖	人参・玉葱・ブロッコリー キャベツ・コーン 果物



29日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい

1日・5日・8日・15日・21日・22日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。