

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		
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
16	月	ご飯	カレー肉じゃが 青梗菜としらすのごま和え フルーツ ☆牛乳・ツナマヨパン	豚肉 ちりめん 牛乳・ツナ缶・卵	じゃが芋・カレールー・油・砂糖 ごま・砂糖 ホットケーキミックス・マヨネーズ	人参・玉葱・グリーンピース 人参・青梗菜・キャベツ 果物 玉葱・パセリ
17	火	ご飯	ポークチャップ 豆まめサラダ フルーツ ☆牛乳・うどんかりんとう	豚肉 ハム・水煮大豆 牛乳	油・ケチャップ マヨネーズ うどん・油	人参・玉葱・ピーマン 人参・キャベツ・コーン 果物
18	水	ご飯	さばの煮付け 小松菜 けんちん汁 ☆フルーツヨーグルト	さば 豚肉・豆腐・油揚げ ヨーグルト・スキムミルク	砂糖・片栗粉 油	小松菜 人参・大根・ごぼう・葱 フルーツ缶
19	木	ご飯	鶏肉の照り焼き キャベツの塩昆布和え 豆腐のすまし汁 ☆牛乳・みかん・お菓子	鶏肉 塩昆布 豆腐・昆布 牛乳	砂糖 お菓子	人参・キャベツ 人参・えのき・みつば みかん
20	金	ご飯	かぼちやのそぼろ煮 ゆず入りなます みそ汁 ☆牛乳・クラッカーサンド	豚ひき肉 ちりめん 煮干し・みそ 牛乳・チーズ	油・砂糖 ごま・砂糖 ふ クラッカー・ジャム	かぼちや・生姜・グリーンピース 人参・かぶ・ゆず 人参・玉葱・葱
21	土	パスタ	シーフードスパゲティ わかめスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	いか・えび わかめ 牛乳	スパゲティ・油 ごま お菓子	人参・玉葱・ピーマン 人参・玉葱・葱 果物
23	月	ご飯	肉豆腐 ほうれん草のおひたし フルーツ ☆牛乳・ココアプリン・昆布	牛肉・焼き豆腐・豆腐 ちりめん・鰹節 牛乳・昆布	油・砂糖 ココアプリンの素	人参・玉葱・しめじ・葱 人参・ほうれん草・キャベツ 果物
24	火		クリスマスお楽しみバイキング			
25	水	ご飯	大根と豚肉の煮物 バンサンスー フルーツ ☆牛乳・マカロニグラタン	豚肉・油揚げ 蒲鉾・錦糸卵 牛乳・ベーコン・チーズ	油・砂糖 春雨・ごま・油・ごま油・砂糖 マカロニ・小麦粉・マーガリン	人参・大根・生姜 人参・きゅうり・玉葱 果物 玉葱・パセリ
26	木	ご飯	豆腐ハンバーグ ブロッコリー かぶのみそ汁 ☆牛乳・おふラスク	鶏ひき肉・豆腐・ひじき 油揚げ・煮干し・みそ 牛乳	パン粉・片栗粉 ふ・砂糖・マーガリン	玉葱・干し椎茸 ブロッコリー 人参・かぶ・葱
27	金	ご飯	さけのマヨ焼き 小松菜のソテー かき玉汁 ☆ヨーグルト・フルーツ	さけ ハム・ちりめん 鶏卵 ヨーグルト	マヨネーズ 油 片栗粉	人参・小松菜・キャベツ 人参・玉葱・葱 果物
28	土		 お弁当の日 			
			☆牛乳・お菓子	牛乳	お菓子	

※5日…フルーツサンド作り(たんぽぽ組・幼児組) ※11日…さけむすび作り(たんぽぽ・幼児組)

※20日…クラッカーサンド作り(たんぽぽ組・幼児組)