

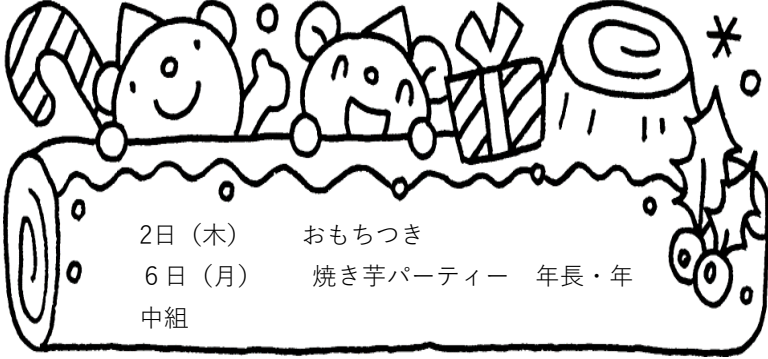


令和3年

12月の献立

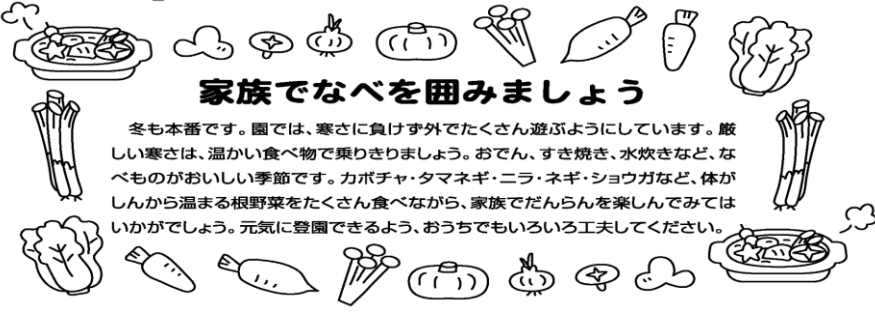
向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (水)	牛乳	ちくわのカレー揚げ 三色おひたし わかめのみそ汁 オレンジ	胡瓜巻	胡瓜巻 ちくわ 天ぷら粉 カレー粉 油 ほうれん草 もやし 人参 ごま 砂糖 しょうゆ わかめ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ たい焼き 牛乳 お茶	たい焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
2 (木)	あべかわもち お茶	牛丼 ツナサラダ 味付け小魚 みかん	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ 和風ドレッシング 味付け小魚 みかん ビスコ(乳) 牛乳 お茶	ビスコ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
3 (金)	牛乳	ハヤシライス ゆでアスパラ チーズ グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース ハヤシルウ アスパラ マヨネーズ(卵) チーズ グレープフルーツ せんべい 牛乳 お茶	塩せんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
4 (土)	牛乳	ナポリタン オニオンスープ パナナ	スパゲティ	スパゲティ ベーコン(卵) 玉ねぎ ビーマン コーン缶 ケチャップ 砂糖 玉ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ パセリ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
6 (月)	牛乳	鯖のゴマ焼き ひじき煮 かき玉汁 オレンジ	ごはん	米 鯖 胡麻ドレッシング(卵) ひじき 人参 あげ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ 卵 ねぎ 片栗粉 だし汁 淡口しょうゆ オレンジ さつま芋 牛乳 お茶	焼き芋 牛乳(幼児) お茶(乳児)
7 (火)	牛乳	牛肉のしぐれ煮 にゅうめん 三度豆のゴマ和え キウイ	ごはん	米 牛肉 人参 ごぼう 糸こんにゃく だし 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 ごま 砂糖 しょうゆ そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ キャベツ 豚バラ お好み焼き粉 卵 ねぎ 天かす ソース 牛乳 お茶	お好み焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
8 (水)	牛乳	グラタン グリーンサラダ グレープフルーツ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵) グラタン キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング グレープフルーツ あられ 牛乳 お茶	あられ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
9 (木)	牛乳	野菜炒め 焼きししゃも ほうれん草とえのきのスープ りんご	ごはん	米 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ビーマン もやし しめじ 中華あじ しょうゆ ししゃも ほうれん草 えのき コンソメ 淡口しょうゆ りんご 小麦粉 砂糖 バター 卵 ブルーン 牛乳 お茶	ブルーンのソフトクッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
10 (金)	牛乳	冬野菜カレー じゃこサラダ ヨーグルト みかん	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ じゃが芋 大根 小松菜 レンコン カレールウ キャベツ 胡瓜 水菜 じゃこ 和風ドレッシング ヨーグルト みかん コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
11 (土)	牛乳	焼きそば わかめスープ オレンジ	中華麺	中華麺 豚バラ 人参 キャベツ ビーマン もやし ソース わかめ 中華あじ 淡口しょうゆ グレープフルーツ お菓子 お茶	お菓子 お茶
13 (月)	牛乳	白身魚の西京焼 ほうれん草のおひたし 豆腐のみそ汁 バイナップル	ごはん	米 カラスカレイ 白みそ みりん 料理酒 ほうれん草 かつお節 しょうゆ 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 みそ バイナップル ビスケット 牛乳 お茶	ビスケット 牛乳(幼児) お茶(乳児)
14 (火)	牛乳	コーンコロッケ ゆでブロッコリー キャベツスープ グレープフルーツ	ごはん	米 コーンコロッケ 油 ブロッコリー マヨネーズ(卵) キャベツ 玉ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ パセリ グレープフルーツ せんべい(卵) 牛乳 お茶	おせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
15 (水)	牛乳	豚丼 ツナビーマン チーズ キウイ	麦入りごはん	米 大麦 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん ビーマン ツナ えのき しょうゆ チーズ キウイ カルビス(乳) ゼラチン お茶	カルビスゼリー お茶
16 (木)	牛乳	おでん ベーコンサラダ みかん	ごはん	米 平天 大根 人参 こんにゃく ちくわ(卵) うずら卵 だし汁 砂糖 しょうゆ みりん ベーコン(卵) キャベツ 胡瓜 水菜 胡麻ドレッシング(卵) みかん メロンパン(卵・乳) 牛乳 お茶	メロンパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
17 (金)	牛乳	チキンカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 カレールウ ブロッコリー カリフラワー りんご チーズ ヨーグルト マヨネーズ(卵) 味付け小魚 グレープフルーツ 羊かんぴ 牛乳 お茶	羊かんぴ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
18 (土)	牛乳	きつねうどん 白菜とえのきのポン酢和え パナナ	うどん	うどん あげ だし 砂糖 しょうゆ かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 白菜 えのき ポン酢 パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
20 (月)	牛乳	ブリの照り焼き 切干大根煮 豚汁 オレンジ	セルフおにぎり (幼児) ふりかけごはん (乳児)	米 ふりかけ ブリ 砂糖 しょうゆ みりん 切干大根 人参 あげ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ 豚バラ 人参 大根 白菜 しめじ ごぼう 小羊 糸こんにゃく ねぎ だし汁 みそ オレンジ ウエハース(乳) 昆布 牛乳 お茶	ウエハース カム昆布 牛乳(幼児) お茶(乳児)
21 (火)	牛乳	鶏じゃが(カレー味) 海藻サラダ 味付け小魚 みかん	ごはん	米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 糸こんにゃく グリンピース 砂糖 しょうゆ みりん カレー粉 海藻ミックス キャベツ ポン酢 味付け小魚 みかん 小麦粉 バター 砂糖 卵 ベーキングパウダー 紅茶 牛乳 お茶	紅茶のパウンドケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
22 (水)	牛乳	柳川井 春雨サラダ 蒸しシュウマイ キウイ	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 人参 玉ねぎ ごぼう ねぎ 卵 だし 砂糖 しょうゆ みりん 春雨 ハム(卵) 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ シュウマイ(卵) キウイ えびせんべい 牛乳 お茶	えびせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
23 (木)	牛乳	豚肉のみそ煮 小松菜の白和え 麩のすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 大根 こんにゃく ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん みそ グレープフルーツ 小松菜 豆腐 人参 糸こんにゃく ちくわ ごま 砂糖 しょうゆ 麩 わかめ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ヨーグルト お茶	ヨーグルト お茶
24 (金) Xmas会	牛乳	エビフライ ブロッコリーのおひたし 野菜スープ ゼリー いちご	鮭おにぎり	米 鮭 エビ 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ ブロッコリー かつお節 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ パセリ ゼリー いちご いちごケーキ(卵・乳) いちご 牛乳 お茶	クリスマスケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
25 (土)	牛乳	カレーうどん キャベツのゆかり和え オレンジ	うどん	うどん 牛肉 人参 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ カレールウ キャベツ ゆかり オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
27 (月)	牛乳	鮭のマヨしょうゆ焼 白菜のなめたけ和え あげとさつま芋のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鮭 マヨネーズ(卵) しょうゆ 白菜 なめたけ さつま芋 玉ねぎ あげ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ 食パン 生クリーム いちご キウイ みかん缶 牛乳 お茶	フルーツサンド 牛乳(幼児) お茶(乳児)
28 (火)	牛乳	すき焼き風煮込み 胡瓜の酢の物 焼ポテト みかん	ごはん	米 牛肉 人参 玉ねぎ 白菜 しめじ 糸こんにゃく 豆腐 麩 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 胡瓜 春雨 じゃこ わかめ 酢 淡口しょうゆ 砂糖 ポテト みかん ボン菓子 牛乳 お茶	ボン菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)



2日(木) おもちつき
6日(月) 焼き芋パーティー 年長・年中組

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください



家族でなべを囲みましょう

冬も本番です。園では、寒さ負けせず外でたくさん遊ぶようにしています。厳しい寒さは、温かい食べ物で乗りきりましょう。おでん、焼き芋、水炊きなど、なべものがおいしい季節です。カボチャ・タマネギ・ニラ・ネギ・ショウガなど、体がしんから温まる根野菜をたくさん食べながら、家族でだんらんを楽しんでみてはいかがでしょうか。元気に登園できるよう、おうちでもいろいろ工夫してください。