

2018年12月献立

にじの木保育園

月曜日 3		火曜日 4		水曜日 5		木曜日 6		金曜日 7	
ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き	白米 鮭 キャベツ 玉葱 人参 ビーマン 椎茸 だし みそ マヨドレ 三温糖 醤油	鶏南蛮素麺	素麺 鶏肉 三温糖 醤油 白葱 かまぼこ だし 醤油 三温糖	発芽玄米入りごはん 肉豆腐	白米 発芽玄米 牛肉 焼き豆腐 玉葱 ほうれん草 だし 醤油 三温糖	野沢菜ご飯 カレイの塩焼	白米 野沢菜漬 ごま油 カレイ 塩 アスパラ 玉葱 ハム 油 塩こしょう 醤油	カレーライス	白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 セロリ ルウ
ごぼうサラダ	ごぼう だし 醤油 三温糖 人参 胡瓜 マヨドレ 塩	酢の物	胡瓜 人参 わかめ 酢 三温糖 醤油	マカロニサラダ	マカロニ 人参 胡瓜 コーン マヨドレ 塩こしょう	ごま和え	ほうれん草 人参 醤油 三温糖 ごま	ナムル	もやし 人参 竹輪 鶏から 醤油 ごま油
すまし汁	わかめ おつゆ麩 玉葱 だし 醤油 塩	バナナ	バナナ	味噌汁	さつま芋 しめじ だし みそ	豚汁	豚肉 人参 ごぼう 竹輪 大根 うす揚げ だし みそ	りんご	りんご
小倉トースト	食パン パター ゆで小豆缶	おにぎり	白米 鮭	野菜ポッキー	小麦粉 片栗 パセリ 人参 粉チーズ 塩 油	南瓜ケーキ	米粉 三温糖 牛乳 油 南瓜	デコレーションクッキー	小麦粉 グラニュー糖 牛乳 パター VE チョコソース
みかん缶/牛乳	みかん缶/牛乳	りんご/チーズ	りんご/チーズ	バナナ/牛乳	バナナ/牛乳	みかん/牛乳	みかん/牛乳	パン缶/飲むヨーグルト	パン缶/飲むヨーグルト
10		11		12		13		14 スペシャルメニュー	
わかめうどん	うどん わかめ うす揚げ かまぼこ だし 醤油 三温糖	発芽玄米入りごはん 鱈の西京焼	白米 発芽玄米 さわら みそ マヨドレ 三温糖 ほうれん草 醤油 かつお節	マーボー豆腐丼	白米 豚ミンチ 豆腐 玉葱 ニラ 春雨 生姜 干し椎茸 醤油 三温糖 みそ だし 片栗 白葱	ひじきご飯 鯖の塩焼	白米 枝豆 ひじき 塩 醤油 さば 塩 大根 だし 醤油 三温糖	ごはん	白米 豚ミンチ 玉葱 豆腐 れんこん 牛乳 塩こしょう 油 ケチャップ ウスター 量マカロニ ブロッコリー 人参 鶏から 三温糖
ひじきと厚揚げのサラダ	ひじき 厚揚げ 人参 コーン だし 醤油 三温糖 マヨドレ	春雨の和え物	春雨 胡瓜 人参 コーン 酢 醤油 三温糖 ごま油	切干大根の煮物	切干大根 人参 平天 いんげん だし 醤油 三温糖	金平ごぼう	ごぼう 人参 竹輪 だし 三温糖 醤油 ごま ごま油	南瓜サラダ	南瓜 玉葱 枝豆 マヨドレ 三温糖 塩
バナナ	バナナ	のっぺい汁	里芋 大根 人参 ごぼう 板コン うす揚げ だし 塩 醤油 片栗	スープ	白菜 玉葱 豆苗 鶏から 塩 醤油	すまし汁	豆腐 ほうれん草 だし 醤油 塩	味噌汁/白桃	ごぼう えのき だし みそ/白桃缶
おにぎり	白米 塩昆布	いちごトースト	食パン 苺ジャム パター	米粉小豆クッキー	米粉 BP 小豆 油	レーズンスコーン	小麦粉 グラニュー糖 パター 牛乳 BP レーズン	パンバイキング	乳児 シュガーバターパン 幼児 パンバイキング
みかん缶/チーズ	みかん缶/チーズ	りんご/牛乳	りんご/牛乳	バナナ/牛乳	バナナ/牛乳	みかん/牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト
17		18		19		20 4・5歳クッキング		21	
焼きそば	焼きそば麺 キャベツ もやし 玉葱 鶏から 豚肉 人参 ソース 青のり 粉かつお	ロールパン	ロールパン	発芽玄米入りごはん 豚の生姜焼き	白米 発芽玄米 豚肉 人参 玉葱 もやし 生姜 醤油 三温糖	ぶくだんおにぎり ぶりの照り焼 紅白なます添え	白米 島根のり 醤油 ぶり 醤油 三温糖 片栗粉 大根 人参 酢 三温糖 塩	そぼろあんかけ 丼	白米 鶏ミンチ 人参 大根 だし みそ 片栗粉 生姜
切干大根サラダ	切干大根 胡瓜 人参 マヨドレ 塩こしょう	ポテトサラダ	じゃが芋 人参 胡瓜 マヨドレ 塩こしょう	五目ひじき煮	大豆 ひじき 人参 れんこん 枝豆 だし 醤油 三温糖	きんとん	さつま芋 三温糖 塩 黒豆	南瓜の煮物	南瓜 だし 醤油 三温糖
スープ	わかめ ごま 鶏から 醤油 塩	いちごヨーグルト	ヨーグルト 苺ジャム	味噌汁	チンゲン菜 南瓜 だし みそ	京風雑煮	大根 金時人参 三葉菜 だし 白みそ 幼児のみ餅	けんちん汁	豆腐 大根 人参 ごぼう 干し椎茸 うす揚げ 青葱 だし 醤油 塩 ごま油
おにぎり	白米 ゆかり	プリン	プリンミックス 牛乳	さつま芋チーズケーキ	さつま芋 クリームチーズ 生クリーム 三温糖 小麦粉	スナックパン	スナックパン	柚子ケーキ	ホットケーキミックス 三温糖 牛乳 油 粉糖 柚子汁
みかん缶/チーズ	みかん缶/チーズ	りんご/牛乳	りんご/牛乳	バナナ/牛乳	バナナ/牛乳	みかん/牛乳	みかん/牛乳	パン缶/飲むヨーグルト	パン缶/飲むヨーグルト
24		25 クリスマス		26		27		28	
 <p>振替休日</p>		ケチャップライス	白米 玉葱 人参 ビーマン ケチャップ 鶏から 三温糖	ロールパン	ロールパン	発芽玄米入りごはん	白米 発芽玄米	ごはん	白米
		グラタン	じゃが芋 玉葱 ベーコン 油 上新粉 牛乳 塩こしょう チーズ	冬野菜のシチュー	鶏肉 南瓜 人参 かぶ 白菜 玉葱 セロリ 牛乳 シチュールー	鮭のパン粉焼	鮭 パン粉 油 粉チーズ プロッコリ	里芋コロッケ	里芋 三温糖 醤油 玉葱 豚ミンチ 小麦粉 パン粉 油 プロッコリー ミニトマト
		ほうれん草のソテー	ほうれん草 コーン ウィナー 油 塩こしょう 醤油	小松菜のポン酢和え	小松菜 もやし 舞茸 ポン酢	炒り豆腐	豆腐 人参 椎茸 青葱 だし 醤油 ごま油	甘酢和え	キャベツ 人参 玉葱 酢 三温糖 醤油 ごま
		スープ/りんご	量マカロニ 鶏から 醤油 塩 パセリ/りんご	みかん	みかん	さつま汁	鶏肉 さつま芋 大根 人参 ごぼう 板コン うす揚げ だし みそ	味噌汁	ほうれん草 しめじ だし みそ
クリスマスサンド	食パン 苺ジャム 生クリーム 苺 みかん缶 チョコスプレー	五平餅	米 みそ 三温糖	苺ケーキ	米粉 苺ジャム 牛乳 油	きな粉トースト	食パン パター きな粉 三温糖 塩	パン缶/飲むヨーグルト	パン缶/飲むヨーグルト
牛乳	牛乳	バナナ/チーズ	バナナ/チーズ	みかん/牛乳	みかん/牛乳	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト		
31		<p>給食日より</p>  <p>みどりぐみさんのお屋敷がなくなり、その時間を使って、裏庭での菜園やおやつ作りを手伝ってくれています。「一つでも沢山作りたい」「自分でしてみたい」という意欲的な気持ちが溢れるあまりに、時々その工程は「雑」になってしまふことがあります。人に食べてもらう物を作るにはどうしたらよいか？自分ならどうしてもらったらうれしいか？など相手の気持ちを思いながら作る事の大切さを知ってもらえたらと思います。</p> <p>また、自分が食べているものも、いつも周りの人が大切に作って下さっているという感謝の気持ちにもつながることを願っています。</p>   <p>12月のクッキング 今回はお正月のおせちにあつかわるクッキングを行います。それに合わせて、12月20日もお正月らしい献立にしています。ご家庭での雑煮はどんなのか？おせちは何が好きなのか？などの会話が聞けたらと思います。</p>							

※お知らせ※ 時期柄、仕入れ等の都合により、献立変更をする場合がございます。何卒、ご了承御願いたします。