

曜日	献立	材 料			調 味 料
		赤	黄	緑	
12 ・ 26	木 ごはん 海苔筆 サバのみぞ煮 ほうれん草の納豆和え アッフルレーズンケーキ 牛乳	のり とり肉 豆腐 サバ 納豆	米 里芋 こんにゃく	人参 ごぼう 大根 長ネギ しょうが ほうれん草 人参 もやし	だし汁 塩 醤油 みそ 砂糖 みりん 醤油 砂糖 削り節 ベーキングパウダー 砂糖
	13 金 ごはん 具沢山汁 レバーのカリン揚げ おかか和え タラと小松菜のオートミール粥 牛乳		米 こんにゃく 片栗粉 油	ごぼう 人参 大根 長ネギ にんにく しょうが ほうれん草 キャベツ 人参 もやし	だし汁 みそ 酒 醤油 トマトケチャップ 中濃ソース 削り節 醤油 鶏ガラ 塩 醤油 ごま油
14 ・ 28	土 ツナとほうじ 野菜スープ ヨーグルト おせんべい お茶	ツナ缶 ヨーグルト 脱脂粉乳	米	人参 さやいんげん キャベツ 玉ネギ 人参	醤油 砂糖 コンソメ 塩 砂糖
	16 月 リーフパン わかめとコーンのスープ マカロニのミートグラタン ハワイアンサラダ 中華おこわ 牛乳	わかめ ぶた肉	リーフパン マカロニ 油 油	コーン缶 にんにく 人参 玉ネギ キャベツ きゅうり パイン缶	コンソメ 塩 トマトケチャップ トマトピューレ 塩 コンソメ 酢 砂糖 塩 塩 酒 醤油 砂糖
20 日	金 キャロットライス 豆乳コーンスープ ハンバーグ ほてとサラダ 米粉と豆腐のフラウニー いちごとホイップ添え 牛乳	ぶた肉 とり肉 豆乳 のり 豆腐 豆乳ホイップ 牛乳	米 パン粉 じゃが芋 米粉 油 片栗粉	人参 コーン缶 パセリ 玉ネギ 人参 れんこん 大根 きゅうり 人参 いちご	コンソメ 塩 コンソメ 塩 塩 こしょう 中濃ソース トマトケチャップ 酢 塩 マヨネーズ ベーキングパウダー 砂糖 ココア 粉糖
	23 月 ごはん みぞ汁 豆腐入りつくね しょうが風和え グラハムクッキー 牛乳	とり肉 豆腐 油揚げ 牛乳	米 パン粉 片栗粉 小麦粉 全粒粉 小麦胚芽 バター	玉ネギ なす 玉ネギ 長ネギ しょうが キャベツ きゅうり 人参 しょうが	だし汁 みそ 醤油 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 塩 砂糖 塩
24 火	中華丼 ひじきの中華スープ 豆もやしのナムル 五平餅 牛乳	ぶた肉 かまぼこ ひじき 桜エビ 牛乳	米 片栗粉 油 米 もち米	人参 白菜 玉ネギ ニラ しょうが にんにく えのき 長ネギ 人参 ほうれん草 大豆もやし にんにく	鶏ガラ 塩 醤油 ごま油 砂糖 醤油 塩 鶏ガラ ごま 砂糖 醤油 ごま油 みそ 醤油 ごま 砂糖 みりん
	25 水 コーンライス ポテトスープ ローストチキン グリル野菜添え つなサラダ チーズケーキ 牛乳	とり肉 ツナ缶 クリームチーズ 生クリーム 卵 牛乳	米 じゃが芋 小麦粉	コーン缶 玉ネギ 人参 しょうが にんにく フロッコリー かぼちゃ キャベツ きゅうり 人参 レモン	コンソメ 塩 コンソメ 塩 醤油 酒 みりん 醤油 砂糖 塩 マヨネーズ トマトケチャップ 砂糖
27 金	カレーライス ココロサラダ みかん きなこクリームサンド 牛乳	とり肉 豆乳 しらす 豆乳 きな粉 牛乳	米 じゃが芋 油 油 リーフパン	玉ネギ 人参 きゅうり キャベツ 大根 人参 みかん	カレールウ カレー粉 コンソメ 塩 酢 砂糖 塩 砂糖 塩

2日（月）お昼に非常用田舎ごはんを提供します。

☺はクリスマスメニューを提供します。

・乳児クラスには、午前おやつとして菓子・牛乳がつけます。

・材料の都合により、献立が変更することがあります。

・マヨネーズは卵不使用のものです。