

12月献立表

日付	曜日	献立名	材料	そよかぜおやつ
1	水	豚肉のマーマレード炒め コーンクリームスープ カリフラワーのカレー風味	豚肉 玉ねぎ バブリカ ピーマン マーマレード ベーコン 人参 玉ねぎ 白菜 クリームコーン グリンピース 牛乳 カリフラワー	菓子 牛乳
2	木	さげのマッシュポテト焼き 青菜とコーンのごまあえ もずく入りみそ汁	さげ マッシュポテト 牛乳 キャベツ 小松菜 人参 きゅうり とうもろこし ごま 豆腐 油揚げ 玉ねぎ もずく 人参 ねぎ	アメリカンドック 牛乳 ウインナー ホットケーキ粉 牛乳
3	金	ちくわの磯辺あげ もやしとわかめの酢の物 さつま汁	ちくわ 青のり ちりめん もやし 小松菜 わかめ 人参 鶏肉 厚揚げ さつまいも ごぼう しめじ ねぎ	菓子 牛乳
6	月	ふわふわ煮 おじゃがとじゃこのおかかあえ 果物	鶏ひき肉 豆腐 麩 卵 玉ねぎ 人参 干しいたけ ほうれん草 ちりめん じゃがいも かつお節 ねぎ みかん	菓子 牛乳(ミロ)
7	火	鶏肉のパン粉焼き ブロッコリーのサラダ ポークビーンズ	鶏肉 パセリ ブロッコリー 人参 とうもろこし ウインナー 大豆 じゃがいも 玉ねぎ 人参 エリンギ グリンピース	おしるこ 牛乳 白玉粉 上新粉 こしあん
8	水	魚のおろしあんかけ 小松菜のごまあえ みそ汁	たら 大根 小松菜 もやし 人参 とうもろこし ごま 油揚げ かぶ 人参 かぶの葉	菓子 牛乳
9	木	鶏肉のケチャップソース焼き ごまドレッシングサラダ 豆乳スープ	鶏肉 ハム マカロニ 人参 キャベツ きゅうり とうもろこし かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しめじ	おこわ 牛乳 米 もち米 豚肉 人参 しいたけ
10	金	八宝菜 卵わかめスープ ツナ餃子	豚肉 いか かまぼこ 白菜 白ねぎ たけのこ 人参 しいたけ きくらげ 生姜 卵 玉ねぎ わかめ ツナ 玉ねぎ ほうれん草 チーズ ぎょうざの皮	菓子 牛乳
13	月	おからコロッケ 小松菜のサラダ チキンスープ	おから じゃがいも 豚肉 玉ねぎ 卵 ベーコン 小松菜 もやし ごま 鶏肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 えのきたけ	菓子 牛乳
14	火	チキンカレー 大根のツナサラダ フルーツヨーグルト	鶏肉 大豆 じゃがいも 人参 玉ねぎ グリンピース 脱脂粉乳 ツナ 大根 キャベツ きゅうり 人参 みかん バイナップル パナナ ヨーグルト	ロールパンサンド 牛乳 ロールパン ハム チーズ きゅうり
15	水	関東煮 白菜のしらすあえ ししゃものごま焼き	豚肉 厚揚げ さつま揚げ 人参 里芋 大根 こんにゃく こんぶ ちりめん 白菜 小松菜 人参 ししゃも 白ごま	菓子 牛乳
16	木	白身魚のお好み焼き風 ほうれん草のと人参のごまあえ みそ汁	ホキ かつお節 青のり ほうれん草 キャベツ 人参 ごま 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ	焼きうどん 牛乳 うどん 豚肉 キャベツ 人参 青のり
17	金	鶏肉のゆかり天ぷら ひじきとちりめんの酢の物 すまし汁	鶏ささ身 ゆかり ちりめん 人参 小松菜 もやし ひじき じゃがいも じめじ 玉ねぎ 人参 白ねぎ	菓子 牛乳
20	月	豚肉と厚揚げのみそ炒め ワンタンスープ 大豆の甘辛揚げ	豚肉 厚揚げ 人参 キャベツ 玉ねぎ きくらげ ピーマン 豚肉 ワンタンの皮 もやし 人参 なら 大豆	菓子 牛乳
21	火	あじのコーンフライ コールスローサラダ みそ汁	あじ 卵 コーンフレーク ハム キャベツ 人参 きゅうり 油揚げ 大根 人参 わかめ	おにまんじゅう 牛乳 さつまいも 小麦粉 小麦粉
22	水	かぼちゃのそぼろ煮 ゆず入りそうめん汁 果物	豚ひき肉 厚揚げ かぼちゃ 人参 玉ねぎ 枝豆 生姜 そうめん ほうれん草 えのきたけ 人参 ゆず りんご	菓子 牛乳
23	木	パン スコッチエッグ ブロッコリーサラダ クリームシチュー 雪だるまパフェ	パン 合びき肉 うずらの卵 玉ねぎ 卵 ブロッコリー ミントマト とうもろこし ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース スポンジ 生クリーム いちご キウイ みかん	菓子 牛乳
24	金	油淋鶏 はるさめサラダ 豚肉と白菜のスープ	鶏肉 白ねぎ 生姜 ハム 春雨 きゅうり 人参 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 なら	スノーボール 牛乳 バター 小麦粉
27	月	すき焼き煮 かぶの磯あえ さつまいもスティック	牛肉 豆腐 白菜 玉ねぎ えのきたけ しらたき ごぼう 白ねぎ かぶ かぶの葉 ちりめん 塩こんぶ さつまいも	菓子 牛乳
28	火	マーボー豆腐 ナムル 果物	豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ 生姜 人参 ほうれん草 もやし 白ごま パイン缶	菓子 牛乳

※ 行事・材料などの都合により内容が一部変更になることがあります。

<お知らせ>12月23日は主食にパンを提供します。(ご飯は不要です)