



# 12月こんだて



熱量 536kcal タンパク質 19.0g

(うさぎ)(幼児)  
吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
13 高野豆腐の ・ そぼろあん煮 27 ブロッコリー	米 高野豆腐 人参 グリンピース 舞茸 こんにゃく 玉葱 豚ミンチ 砂糖 醤油 片栗粉 ブロッコリー	バナナケーキ 小麦粉 砂糖 卵 油 バナナ レモン ベーキングパウダー	6 煮魚 ・ 20 白菜の煮物	米 鯖 砂糖 醤油 酒 みりん 白菜 人参 玉葱 油揚げ 砂糖 醤油	大学芋 薩摩芋 砂糖 酢 醤油 水 黒胡麻
(月) 味噌汁	薩摩芋 油揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(月) 味噌汁	豆腐 しめじ わかめ 昆布 味噌	牛乳
14 おかかごはん ☆チキンカツ ・ 28 酢の物	米 鰹節 薄口醤油 (14日のみ ごぼう 人参 味付け海苔) 鶏もも肉 パン粉 小麦粉 卵 油 キャベツ 人参 胡瓜 かまぼこ 酢 砂糖 醤油	(14日)メロンパン (28日)カステラ	7 ロールパン ・ 21 野菜サラダ	ロールパン 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 コンソメ シチュールウ 小麦粉 油 キャベツ 人参 胡瓜 かぶ ベーコン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 ちりめんじゃこ
(火) 味噌汁	大根 なめこ 青梗菜 昆布 味噌	牛乳	(火) 味噌汁	麩 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳
1 麦ごはん ぶりの照り焼き ・ 15 切り干し大根	米 麦 ぶり みりん 醤油 酒 切干大根 人参 油揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 寒天 水	8 ごはん おからボール ・ 根野菜のおかか和え	米 おから 玉葱 人参 青葱 ひじき 醤油 片栗粉 油 大根 人参 ごぼう 蓮根 油揚げ 鰹節 砂糖 醤油	黒糖蒸しパン 小麦粉 卵 牛乳 黒砂糖 油 ベーキングパウダー 白胡麻 牛乳
(水) 澄まし汁	ソーメン 人参 法蓮草 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(水) 味噌汁	麩 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳
2 ごはん お好み焼き風玉子焼き ・ 16 かぶの胡麻和え	米 卵 キャベツ 竹輪 お好み焼きソース 鰹節 青のり かぶ 胡瓜 人参 ツナ 小松菜 胡麻 砂糖 醤油	野菜コロッケ	9 ごはん 野菜の煮物 ・ 23 みかん	米 豚肉 南瓜 大根 人参 玉葱 こんにゃく グリンピース 砂糖 醤油 油 みかん	フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン
(木) 味噌汁	麩 えのき わかめ 昆布 味噌	牛乳	(木) 味噌汁	白菜 さつま揚げ 人参 昆布 味噌	牛乳
3 ごはん おでん ・ 17 味噌汁	米 大根 じゃが芋 人参 こんにゃく うずら卵 竹輪 厚揚げ 砂糖 醤油 昆布 キャベツ 人参 青葱 昆布 味噌	きな粉サンド 食パン きな粉 マーガリン 砂糖	10 ナポリタン ・ 24 薩摩芋サラダ コンソメスープ (24日)一口ゼリー	スパゲッティ 油 人参 玉葱 ピーマン ベーコン 醤油 マッシュルーム コンソメ ケチャップ 粉チーズ トマト缶 薩摩芋 胡瓜 人参 玉葱 ハム マヨネーズ キャベツ 玉葱 コーン 人参 コンソメ 昆布 一口ゼリー	(10日)クッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 (24日)クリスマスパフェ 牛乳
(金) あんかけうどん	うどん 鶏こま 白菜 玉葱 人参 青葱 砂糖 醤油 胡麻油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 片栗粉	ぶどうパン	11 かしわうどん ・ 25 大根サラダ	うどん 鶏こま 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 大根 人参 じゃが芋 胡瓜 マヨネーズ	黒糖ロールパン 牛乳
(土) 南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油	牛乳	(土) 味噌汁	白菜 さつま揚げ 人参 昆布 味噌	牛乳
備 考	14日(火)お誕生日会22日(水)おもちゃつき大会 ☆南瓜プリン 南瓜 砂糖 牛乳 生クリーム ゼラチン 水 ・牛乳		24日(金)クリスマス会 ・クリスマスパフェ (カスタード) (生クリーム) 米粉クッキー ・牛乳	小麦粉 りんご 卵 砂糖 油 レモン汁 ベーキングパウダー 牛乳 卵 小麦粉 コーンスターチ 生クリーム 砂糖 苺 黄桃 米粉 砂糖 マーガリン コーンスターチ	

\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。  
\*☆マークは、新メニューです。