

令和 5年 12月 献立表

極楽保育園

日 曜	献立名	主 な 材 料	3時のおやつ
1 金	ご飯 八宝菜 もやしのごま和え みかん	米 豚肉 うずら卵 鳴門巻き 白菜 玉葱 人参 椎茸 竹の子 テンゲン菜 もやし 胡瓜 ごま みかん	アップルポテト
2 土	コーンラーメン チーズ ミニゼリー	中華麺 ロースハム コーン 法蓮草 もやし 葱 チーズ ミニゼリー	お菓子
4 月	ご飯 鶏肉のごまみそ煮 ツナと蓮根の炒め物 りんご	米 鶏肉 大根 人参 葱 ごま ツナ 蓮根 青のり りんご	プチドーナツ
5 火	ご飯 ミートローフ ひじきサラダ ミニゼリー	米 合挽肉 豆腐 卵 玉葱 人参 枝豆 カニ棒 ひじき キャベツ 胡瓜 ミニゼリー	じゃがいももち
6 水	パン ビーフン炒め 中華スープ パナナ ジャム	パン ビーフン ベーコン 卵 キャベツ 玉葱 人参 しめじ 法蓮草 もやし わかめ 葱 ごま パナナ ジャム	おはぎ
7 木	ハヤシライス 野菜サラダ ピーチゼリー	米 牛肉 玉葱 人参 エリンギ トマト グリンピース ロースハム キャベツ ブロッコリー ピーチゼリー	ヨーグルト・あられ
8 金	ゆかりご飯 茶碗蒸し いんげんののり和え みかん	米 ゆかり 鶏挽肉 卵 豆腐 かまぼこ 椎茸 法蓮草 花ふ いんげん のり みかん	四角いメロンパン
9 土	イタリアンスパゲティ 牛乳 ミニゼリー	スパゲティ ウィンナー 玉葱 人参 ピーマン 牛乳 ミニゼリー	お菓子
11 月	ご飯 けんちん汁 小松菜のおひたし パナナ	米 鶏肉 半平 竹輪 豆腐 人参 里芋 大根 牛蒡 こんにゃく 葱 小松菜 もやし パナナ	チーズ蒸しパン
12 火	レーズンパン ウィンナーと法蓮草のグラタン オニオンスープ ミニゼリー	パン マカロニ ウィンナー チーズ 法蓮草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン ミニゼリー	フルーツポンチ
13 水	ご飯 白身魚のケチャップあんかけ ジャーマンポテト パイン(缶)	米 鱈 玉葱 人参 ピーマン ベーコン じゃがいも パセリ パイン(缶)	ジャムサンド
14 木	焼きそば 春巻き なめこのみそ汁 すりおろしりんごゼリー	そば 豚肉 キャベツ もやし 人参 ピーマン かつおぶし 春巻き なめこ 葱 わかめ すりおろしりんごゼリー	枝豆と塩昆布のおにぎり
15 金	もちつき 五目雑炊 みかん	米 鶏挽肉 卵 あげ 白菜 大根 人参 椎茸 小松菜 葱 みかん	やさいゼリー・ビスケット
16 土	焼きうどん 牛乳 ミニゼリー	うどん 豚肉 玉葱 人参 ピーマン かつおぶし 牛乳 ミニゼリー	お菓子
18 月	カレーライス コールスロー ミニゼリー	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 ピーマン コーン キャベツ 胡瓜 ミニゼリー	南瓜スコーン
19 火	菜めし おでん 白菜のおかか和え パナナ	米 菜めし 鶏肉 がんもどき 竹輪 半平 こんにゃく 大根 里芋 人参 白菜 かつおぶし パナナ	鬼まんじゅう
20 水	すき焼き丼 すまし汁 オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 鳴門巻き 玉葱 人参 白菜 えのき しめじ いんげん こんにゃく わかめ 葱 花ふ オレンジ	ヨーグルト・せんべい
21 木	カラフルライス クリスマスランチ(チキンの照り焼き ブロッコリーサラダ コンソメスープ クリスマスカップデザート)	米 五色ふりかけ 鶏肉 ブロッコリー 人参 コーン 玉葱 パセリ クリスマスカップデザート	クリスマスケーキ
22 金	パン アジフライ 中華風春雨サラダ みかん ジャム	パン 鱈 春雨 カニ棒 胡瓜 人参 みかん ジャム	ポップコーン・クッキー
23 土	わかめラーメン チーズ ミニゼリー	中華麺 ロースハム わかめ 法蓮草 もやし 葱 チーズ ミニゼリー	お菓子
25 月	あんかけうどん ウィンナーソテー ミニゼリー	うどん 鶏肉 あげ かまぼこ 白菜 人参 椎茸 法蓮草 ウィンナー ミニゼリー	ごまトースト
26 火	パン かぶのポトフ チーズ パナナ ジャム	パン マカロニ ベーコン 大豆 かぶ しめじ えのき 玉葱 人参 チーズ パナナ ジャム	人参おやき
27 水	ビビンバ 中華スープ みかん	米 豚挽肉 あげ 玉葱 人参 ぜんまい 椎茸 法蓮草 もやし カニ棒 わかめ 葱 ごま みかん	プリン・ウエハース

※3歳未満児には、10時におやつと牛乳が出ます。 ※3時のおやつには、牛乳がつきます。 ※材料の都合により、若干の変更があります。

※ひよこ組の離乳食(カミカミ期)は、ジャム・コーン・枝豆が付きません。 ※麺が主食の日は、おかわりでご飯がつきます。(平日のみ)