

令和5年 12月の献立 5日麺の日、12日お弁当日、22日お誕生会、27日餅つき

	月 11・25日	火 12・26日	水 13・27日	木 14・28日	金 1・15日	土 2・16日
献立	豆腐のつくね焼き/大根とひろ うすの含め煮/いんげんのおか か和え/青菜の味噌汁 /ご飯	赤魚の炊き合わせ 小松菜のさっと煮 じゃが芋の味噌汁/ご飯	ハヤシライス グリーンサラダ ご飯	ポークチャップ 三色和え チンゲン菜のスープ/ご飯	かぶのクリームシチュー 野菜のひじき和え ご飯	タンメン
材料	豆腐 大根 ひろうす 玉葱 里芋 人参 鶏ひき肉 鰹だし 醤油 片栗粉 三温糖 醤油 油 みりん ほうれん草 三温糖 玉葱 しめじ 片栗粉 鰹だし 味噌 米 さやいんげん 人参 鰹節 醤油 みりん	赤魚 小松菜 焼き豆腐 油揚げ 牛蒡 人参 生姜 鰹だし 鰹だし 醤油 酒 三温糖 醤油 三温糖 じゃが芋 玉葱 油揚げ 米 鰹だし 味噌	牛肉 キャベツ 玉葱 アスパラ 人参 ブロccoli マッシュ トマト ルーム 油 酢 ハヤシルウ 塩 胡椒 牛乳 三温糖 塩 レモン汁 胡椒 米	豚肉 ブロccoli 玉葱 人参 さつま芋 人参 油 玉葱 ピーマン 醤油 三温糖 ケチャップ 塩 にんにく ウスター ソース チンゲン菜 醤油 人参 豆腐 三温糖 鰹だし 醤油 片栗粉 みりん 塩 / 米	小かぶら ひじき かぶの葉 鶏ささみ じゃが芋 ブロccoli 玉葱 人参 鰹節 人参 枝豆 醤油 ベーコン クリームルウ 牛乳 米 塩 胡椒	中華麺 キャベツ 人参 水煮筍 なると 豚バラ肉 ニラ 青葱 鶏がらだし 醤油 塩
おやつ	焼き芋 (さつま芋) 牛乳	ラスク (フランスパン グラニュー ー糖 無塩バター) 牛乳	きな粉マカロニ (きな粉 三温糖 塩 マカロニ) ヤクルト	煮りんご、小魚 (りんご 三温糖)(小魚 酒 醤油 三温糖 いりごま) 牛乳	のりじゃこトースト (のり じゃこ チーズ 食パン 刻みのり) 牛乳	パン 牛乳
	月 4・18日	火 5・19日	水 6・20日	木 7・21日	金 8・22日	土 23日
献立	根菜と牛肉のしぐれ煮 南瓜の含め煮 かぶの味噌汁 / ご飯	ぶり大根 / 菜飯 白菜の柚子昆布和え さつま芋の味噌汁	カレーライス キャベツとブロッコリー の炒め物 / ご飯	筑前煮 ほうれん草のポン酢和え 白菜のすまし汁 / ご飯	鱈の甘酢あんかけ ひじきと大豆の含め煮 吉野汁 / ご飯	ためきうどん
材料	牛蒡 南瓜 レンコン 鰹だし 牛肉 醤油 板こんにゃく 三温糖 人参 生姜 小かぶ 鰹だし かぶの葉 醤油 油揚げ 酒 鰹だし みりん 味噌 三温糖 米	ぶり 白菜 人参 大根 胡瓜 えのき茸 生姜 塩昆布 柚子 鰹だし 醤油 みりん 酒 醤油 大根葉 米 三温糖 ちりめんじゃこ いりごま さつま芋 酒 醤油 大根 青葱 みりん 鰹だし 味噌	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 ブロccoli 玉葱 ベーコン 人参 人参 カレールウ コーン缶 牛乳 塩 醤油 塩 胡椒 米	里芋 ほうれん草 人参 もやし レンコン しめじ 牛蒡 人参 板こんにゃく 鰹だし 鶏もも肉 ポン酢 さやいんげん / 米 鰹だし 白菜 玉葱 醤油 厚揚げ 三温糖 鰹だし 塩 みりん 醤油 みりん	鱈 酒 ひじき 大豆 片栗粉 人参 油揚げ 玉葱 鰹だし 醤油 人参 三温糖 ピーマン / 米 油 酢 豚肉 大根 三温糖 人参 青葱 醤油 えのき茸 片栗粉 鰹だし 酒 醤油 片栗粉	茹でうどん 油揚げ 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
おやつ	バナナのマフィン (バナナ ホットケーキミ ックス) 牛乳	ジャムサンド (食パン 苺ジャム) 牛乳	6日 豆乳くずもち (豆乳 きな粉 片栗粉 三温糖 塩) 20日 ヨーグルト/ヤクルト	お好み焼き(お好み焼き粉 竹輪 天かす 桜えび キャベツ ソース ケチャップ 油) 牛乳	8日じゃが芋のバター焼き (じゃが芋 塩 バター) 22日クリスマスカップデ ザート(豆乳を含む) 牛乳	パン 牛乳

