

令和元年 12月の献立

	月 2・16日	火 3・17日	水 4・18日	木 5・19日	金 6・20日	土 21日
献立	鱈の梅味噌焼き うの花 キャベツの味噌汁	小松菜のオイスター炒め ひじきと大豆の含め煮 さつま汁	かぶとベーコンの クリームシチュー 青菜とささみの和え物	筑前煮 / すいとん汁 切干大根の含め煮 (19日お誕生日会)	鮭のグラタン 白菜とツナの煮びたし 南瓜の味噌汁	カレーうどん
材料	鱈 酒 おから 梅干し ゴボウ 三温糖 油揚げ 白味噌 人参 みりん 板かまぼこ しめじ キャベツ さつま芋 玉葱 青葱 油揚げ 鰹だし 鰹だし 三温糖 味噌 醤油	(17日 麺の日) 小松菜 人参 ひじき もやし しめじ 大豆 じゃが芋 豚肉 人参 オイスター 油揚げ ソース 鰹だし 塩 胡椒 油 醤油 さつま芋 大根 つき蒟蒻 青葱 鰹だし 味噌	小かぶ ほうれん草 かぶの葉 鶏ささみ じゃが芋 えのき茸 玉葱 醤油 人参 みりん ベーコン 酒 塩 クリームルウ 牛乳 塩 胡椒 煮りんご、小魚 (りんご 三温糖 小魚 醤油 酒 いりごま) / ヤクルト	里芋 人参 切干大根 レンコン 油揚げ 人参 ゴボウ 竹輪 醤油 三温糖 鶏もも肉 鰹だし さやいんげん 醤油 三温糖 小松菜 大根 鰹だし 油 油揚げ 醤油 小麦粉 みりん 鰹だし	ほうれん草 白菜 じゃが芋 小松菜 生鮭 牛乳 ツナ缶 バター 鰹だし ブイヨン 醤油 酒 ホワイトソース みりん とろけるチーズ 塩 胡椒 パン粉 南瓜 玉葱 青葱 ゴボウ 味噌 鰹だし	茹でうどん 牛肉 玉葱 人参 油揚げ 青葱 鰹だし 醤油 みりん カレールウ
	おやつ	きな粉マカロニ /牛乳 (きな粉 三温糖 塩 マカロニ)	チヂミ / 牛乳 (チヂミ粉 ニラ 玉葱 ゴマ油 醤油)	5日 フルーツ白玉(幼児)/牛乳 フルーツのゼリーかけ(乳児) (白玉 みかん缶 バナナ パイ ン缶 桃缶 三温糖) 19日クリスマスカップデザート	さつま芋マフィン/牛乳 (さつま芋 三温糖 ホットケーキマフィン)	パン / 牛乳
	月 9・23日	火 10・24日	水 11・25日	木 12・26日	金 13・27日	土 14・28日
献立	鶏の唐揚げ ポテトサラダ チンゲン菜のスープ	ゴボウと牛肉のしぐれ煮 小松菜のさっと煮 豆腐の味噌汁	ポトフ 野菜のマヨネーズ和え	ぶりの照り焼き 大根とひろうすの含め煮 豚汁 / 菜飯	カレーライス コールスローサラダ	きつねうどん
材料	鶏もも肉 じゃが芋 生姜 玉葱 人参 にんにく 胡瓜 ハム 醤油 塩 胡椒 みりん マヨネーズ 小麦粉 片栗粉 チンゲン菜 油 もやし 人参 えのき茸 醤油 ブイヨン	(10日 お弁当日) 牛肉 ゴボウ 豆腐 平こんにゃく わかめ 人参 生姜 油揚げ 鰹だし 青葱 酒 三温糖 鰹だし 醤油 味噌 みりん 小松菜 人参 鰹だし 油揚げ 醤油 三温糖	じゃが芋 ブロッコリー 玉葱 胡瓜 竹輪 人参 マヨネーズ 大根 塩 白菜 ウインナー ベーコン 塩 胡椒 ブイヨン パセリ 11日きな粉団子 (きな粉 三温糖 塩 もち粉 団子粉) 25日 ヨーグルト / ヤクルト	ぶり 醤油 大根 みりん 塩 ひろうす 三温糖 人参 里芋 豚肉 人参 醤油 酒 ゴボウ 鰹だし 白菜 もやし 大根葉 醤油 つき蒟蒻 ちりめんじゃこ 鰹だし 酒 みりん 味噌 いりごま	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 玉葱 りんご 人参 ハム カレールウ コーン 牛乳 コールスロー 塩 ドレッシング 胡椒 バナナとココアのパウン ドケーキ / 牛乳 (ホットケーキミックス ココアパウダー 牛乳 玉子 バナナ)	茹でうどん 油揚げ 干し椎茸 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
	おやつ	ラスク / 牛乳 (フランスパン グラ ニュー糖 無塩バター)	大学芋 / 牛乳 (さつま芋 水あめ 三温糖 黒ゴマ)	ジャムサンド / 牛乳 (食パン 苺ジャム)	パン / 牛乳	

