

# 令和5年 12月 献立表

あおぞら陽明保育園(3才未満児)

陽明福祉会

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん けんちん汁 鮭の塩バター焼き ハムとキャベツのマリネ	麦茶 小魚 たこなしたこやき	さけハム小魚あおのりかつ お節ウインナーサラダチー ズ	せんべいビスケット米里芋 バターじゃがいもオリーブ 油砂糖たこ焼き粉サラダ油 揚げ玉	大根ごぼうにんじんキャベ ツコーン・冷凍	麦茶だし(かつお・昆布)酒 しょうゆ食塩酢ソース
4(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん さばの竜田揚げ 豆腐と小松菜のみそ汁 切干大根のサラダ	牛乳 チーズいもち	さば絹ごし豆腐みそにぼし 粉ツナ缶牛乳ピザ用チーズ きな粉	せんべいビスケット米ごま 油砂糖かたくり粉揚げ油ご まじゃがいもマヨネーズ	たまねぎしょうがにんにく こまつな切り干し大根きゆ うりにんじん	麦茶しょうゆ水風だし酢
5(火)	麦茶 せんべい ビスケット	チキンオムライス やさいのミルクスープ ブロッコリーの胡麻和え もも缶	牛乳 コーンフレーク	鶏もも小間肉卵牛乳豆乳	せんべいビスケット米バ ターかたくり粉オリーブ油 じゃがいもごま砂糖マヨ ネーズごま油コーンフレ ー	にんじんたまねぎピーマ ンコーン・冷凍ブロッコリーも も缶詰	麦茶コンソメケチャップバ セリ水酢しょうゆ
6(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん かぼちゃと小松菜のスープ ポークチャップ もやしとちくわのサラダ	牛乳 手作りコーンツナマヨパン	豚小間肉ちくわ牛乳ツナ缶	せんべいビスケット米砂糖 ごま油強力粉(1等)無塩バ ターマヨネーズ	かぼちゃ(冷凍)こまつなピ ーマンたまねぎにんじんも やしきゅうりコーン・冷凍	麦茶鶏ガラ水ケチャップ ソースしょうゆコンソメ酢 食塩イースト(ドライ)
7(木)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 鮭のタルタルソース カレースープ にんじんドレッシングのサラダ	麦茶 小魚 たまきおにぎり	さけうずら卵ハムえだまめ 冷凍小魚あおのり	せんべいビスケット米薄力 粉(2等)サラダ油マヨネーズ 砂糖オリーブ油揚げ玉	たまねぎコーン・冷凍キャ ベツにんじん	麦茶塩こうじ酢食塩コン ソメカレー粉みりん和風だ ししょうゆ
8(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ミートソーススパゲッティ コーンスープ ブロッコブ りんごゼリー	牛乳 サンドイッチパーティー	豚ひき肉粉チーズ牛乳塩昆 布ゼラチンハムスライス チーズ	せんべいビスケットスパゲ ティ薄力粉砂糖かたくり粉 ごま油食パンマヨネーズ	たまねぎにんじんしいたけ (菌床)・生エリンギにんにく カットトマトコーン缶(ク リーム) ブロッコリーアップル	麦茶水トマトソースケ チャップコンソメしょうゆ ソースパセリ
11(月)	麦茶 せんべい ビスケット	やきそば ほうれん草とコーンのスープ もやしとちくわのサラダ	麦茶 ベビーチーズ チャーハン	豚小間肉ちくわベビーチ ーズしらす干しかまぼこ	せんべいビスケット中華め んごま砂糖ごま油マヨネ ーズ米サラダ油	たまねぎにんじんキャベ ツほうれんそう・冷凍コー ン・冷凍	麦茶ソースコンソメ水し ょうゆ酢中華だし
12(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ロールパン カブとほうれん草のスープ ミートローフ スパゲティサラダ	麦茶 小魚 鮭みそおにぎり	合いびき肉ピザ用チーズ牛 乳卵うずら卵小魚鮭フレ ークみそあおのり	せんべいビスケットロール パン食パンパン粉かたくり 粉砂糖スパゲティマヨネ ーズ米バター	ほうれんそう・冷凍かぶ ・根ピーマンたまねぎブ ロッコリーコーン・冷凍き ゅうり	麦茶中華だし水食塩ナツ メグしょうゆみりん酒ソ ースパブリカ酢
13(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん かぼちゃとにんじんのスープ 里芋のコロッケ 小松菜とひじきのサラダ	牛乳 手作りバナナ食パン	牛乳合いびき肉卵ツナ缶 ひじき	せんべいビスケット米里芋 砂糖パン粉薄力粉(2等)ご ま油マヨネーズ強力粉(1 等)無塩バター	かぼちゃ(冷凍)にんじんたま ねぎこまつなコーン・冷凍 バナナ	麦茶コンソメ水しょうゆ酢 食塩イースト(ドライ)
14(木)	麦茶 せんべい ビスケット	パンダ中華マン きゅうりのごまだしかけ にんじんスープ みかんヨーグルト	麦茶 ベビーチーズ 鮭わかめおにぎり	豚ひき肉にかまぼこみそ ヨーグルトベビーチーズ	せんべいビスケット強力粉 (2等)薄力粉砂糖サラダ油は るさめかたくり粉ごま油ご まマヨネーズ米	たまねぎたけのこしょうが きゅうりにんじんコーン・冷 凍みかん缶詰さくらんぼ缶 詰炊き込みわかめ(鮭)	麦茶イースト(ドライ)食 塩ベーキングパウダーぬる ま湯しょうゆ酒みりん鶏ガ ラオイスターソース酢中華
15(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん ほうれん草とにんじのみそ汁 あじのてりやき かぶのそぼろあんかけ	麦茶 ベビーチーズ トルネードポテト	みそにぼし粉あじ豚ひき肉 ベビーチーズ	せんべいビスケット米砂糖 かたくり粉じゃがいも揚げ 油	ほうれんそう・冷凍にん じんしょうががぶ・皮むき	麦茶だし(かつお・昆布)し ょうゆみりん酒食塩
18(月)	麦茶 せんべい ビスケット	味噌煮込みうどん ポテトサラダ オレンジ	麦茶 小魚 チュモツパ	鶏もも皮つき(成鶏)みそハム 小魚韓国のり	せんべいビスケット干う どん砂糖じゃがいも(冷凍) マヨドレ米ごま油マヨネ ーズごま	ほうれんそう・冷凍コー ン・冷凍にんじんにんにく きゅうりオレンジ(パレン シア)たくあん漬	麦茶和風だししょうゆみ りん酒めかつゆ(ストレート) パブリカ
19(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豚汁 タラのみそマヨ焼き お豆のサラダ	牛乳 手作りデニッシュパン	豚小間肉みそたら大豆(水 煮)ハム牛乳卵	せんべいビスケット米ごま 油砂糖マヨネーズ強力粉(1 等)薄力粉無塩バター	にんにくしょうがにんじん 大根はくさいたまねぎご ぼうきゅうり	麦茶だし(かつお・昆布)し ょうゆみりんパブリカ酢食 塩イースト(ドライ)
20(水)	麦茶 せんべい ビスケット	麻婆豆腐丼 もやしと人参の中華スープ わかめとキャベツのナムル	牛乳 ベビーカステラ (どらえもん)	木綿豆腐豚ひき肉みそわか め牛乳卵	せんべいビスケット米ごま 油砂糖かたくり粉ごまホ ットケーキミックスサラ ダ油	ねぎにんじんしょうがに んにくもやしチンゲンサイ たまねぎキャベツ	麦茶水中華だししょうゆ 酒食塩
21(木)	麦茶 せんべい ビスケット	菜飯 こまつなとおふのみそ汁 肉豆腐 かぼちゃサラダ	牛乳 チュロス	みそにぼし粉豚小間肉焼き 豆腐牛乳卵	せんべいビスケット米焼 き麩砂糖マヨドレバター強 力粉(2等)薄力粉(2等)揚 げ油グラニュー糖	こまつなえのきたけにん じんかぼちゃ(冷凍)	麦茶菜飯の素だし(かつお ・昆布)しょうゆ酒みりん 水食塩
22(金)	麦茶 せんべい ビスケット	やさいピラフ ブロッコリーとにんじんの スープ フライドチキン アンパンマンポテト コールスローサラダ りんごジュース	牛乳 パンケーキツリー	鶏もも皮つき(若鶏)牛乳卵 ヨーグルト(無脂肪無糖)	せんべいビスケット米バ ターサラダ油薄力粉(2等) マヨネーズ砂糖ホットケ ーキミックス	たまねぎにんじんブロッ コリーにんにくキャベツ コーン・冷凍アップル ジュースこまつなみかん 缶詰	麦茶コンソメ水パブリカ 塩(減塩食塩調味料不 使用)ナツメグクローブ クミンアンパンマン ポテト酢
25(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豆乳とまいたけのみそ汁 豚バラ大根 小松菜とちくわのサラダ	牛乳 バナナクレープ	豆乳みそにぼし粉豚小間 肉ちくわ牛乳卵ホイップ クリーム・乳脂肪・植物	せんべいビスケット米砂糖 ごまごま油マヨネーズ薄 力粉	チンゲンサイまいたけ大 根にんじんこまつな バナナ	麦茶だし(かつお・昆布)し ょうゆ酒酢ココア
26(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 厚揚げとにんじのみそ汁 さばのみそ煮 白菜の即席漬	牛乳 さつまいもスティック	生揚げみそにぼし粉さば 刻み昆布牛乳	せんべいビスケット米砂糖 さつまいもサラダ油	にんじんしょうがはく さい	麦茶和風だし水しょうゆ みりん酒酢食塩
27(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん かぼちゃと麩のみそ汁 餃子 茶碗蒸し	牛乳 うさぎパン	みそにぼし粉豚ひき肉卵 かまぼこ鶏もも小間肉 カットわかめ牛乳ウイ ナー	せんべいビスケット米焼 き麩ごま油餃子の皮砂 糖強力粉(1等)無塩バ ターマヨネーズ黒ゴマ	かぼちゃ(冷凍)にんに くキャベツたまねぎ	麦茶和風だし中華だし しょうゆ食塩水だし(かつ お・昆布)みりんイース ト(ドライ)ケチャップ
28(木)	麦茶 せんべい ビスケット	きつねうどん 天ぷら ほうれん草とひじきの サラダ バナナ		油あげカットわかめかま ぼこにぼし粉えび(しば えび)ツナ缶ひじき	せんべいビスケット干う どん砂糖さつまいも薄 力粉揚げ油ごまごま油 マヨネーズ	まいたけほうれんそう ・冷凍コーン・冷凍 バナナ	麦茶和風だししょうゆ みりん水塩パブリカ酢