様式F110

保育所　こどもの家(一般)

2023年12月分の献立

						1(金)	2(土)
午前							
昼食						御飯、すまし汁（かぶ・油揚げ）、さけのちゃんちゃん焼き（しめじ）、ベイクド里芋（青のり）、キウイフルーツ	豚丼、りんご、もやしの中華風和え物
午後						おやつ・チャーハン（ひじき）	ホットケーキ
	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
午前							
昼食		三色そぼろ丼（凍り豆腐）、わかめスープ（えのき）、かぼちゃのだし浸し、みかん	さつま芋御飯、みそ汁（はくさい・あげ）、さわらと人参の煮物、きゅうりの酢の物（みかん）	御飯、すまし汁（じゃがいも・えのき）、厚揚げと豚肉のみそ煮、小松菜のしらすサラダ（キャベツ）、りんご	御飯、五目みそ汁、鶏むね肉のふっくら焼き、チンゲン菜のとろみ炒め（えのき）、みかん	御飯、豆乳コーン鍋（はくさい）、いわしの利休焼き（ごま）、さつま芋の甘煮、ゆでブロッコリー	みそ炒め丼、みかん、はるさめスープ（五目・ごま）
午後		キャロットケーキ(大豆粉・米粉)	豆乳もち	おにぎり（つぶあん）	米粉の甘酒蒸しパン	つぶつぶ人参ゼリー（寒天）	おやつ・うまみ豆ごはん
	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
午前							
昼食		ビーンズライス、さつまいものスープ、白菜の昆布和え、もも缶	御飯、みそ汁（かぼちゃ・えのき）、さけの照りつけ、白和え（ほうれん草・にんじん・ごま）、みかん	御飯、すまし汁（鶏・はくさい）、フライドにんじん、かぶの磯和え、豆腐のふわとろボール（えび）	御飯、みそ汁（切り干しだいこん・わかめ）、豚肉と野菜のごま炒め、粉ふき芋（青のり）、キャベツのフルーツサラダ（もも）	御飯、豆腐すまし汁（ねぎ・えのき）、田舎煮、焼きししゃもとブロッコリー、バナナ	野菜そぼろ丼(納豆）、キウイフルーツ、オニオンスープ
午後		おやつ小魚（ごま）、ポップコーン（カレー塩）	豆腐ガトーショコラ	おやつ・おさかなごはん	野菜米粉蒸しパン	野菜もち（かぼちゃ）	五平餅
	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
午前							
昼食		中華丼（はくさい）、もやしのスープ、甘煮豆（いんげん豆）、りんご	御飯、みそ汁（チンゲン菜・あげ）、たらの揚げおろし煮、焼きかぼちゃ天（ごま）、みかん	御飯、みそ汁（じゃが芋・わかめ）、凍り豆腐とひき肉の煮物、フルーツカクテル（もも）	御飯、すまし汁（はくさい・あげ）、かじきとさつま芋のケチャップ煮、ゆでブロッコリー、バナナ	しらす御飯、冬至・かぼちゃのほうとう風（米粉）、ほうれんそうのごま和え、みかん	てりやき野菜丼、りんご
午後		チヂミ（小松菜・豆腐・ごま）	スイートポテト（米粉・ごま）	にんじんおやき	おやつ小魚（ごま）、フライドポテト	冬至・小豆蒸しパン	おにぎり（昆布）
	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
午前							
昼食		御飯、コーンスープ（だいこん）、ナゲット（おから）、クリスマスポテト（野菜添え）、ベイクドじゃが	御飯、みそ汁（小松菜・あげ）、さわらのもやしあんかけ、さつま芋の煮物(昆布）、キウイフルーツ	御飯、豆腐の旨煮（はくさい）、かぶのあちゃら漬け、りんご、ポークチャップ	カレーライス・手作り、キャベツのコーン煮、みかん		
午後		いちごのケーキ	かぼちゃかん（あずき）	凍り豆腐のきな粉トースト	蒸し芋		
	31(日)						
午前							
昼食							
午後							