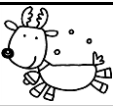
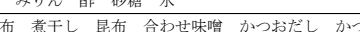


令和３年 12 月 献 立 表（ 5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組 ） 柳辻こども園							
日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	水	白味噌のクリームスパゲティ	スパゲティ 豚肉 玉葱 白菜 水菜 ジャがいも 白味噌 クリームシチュールウ	牛乳	牛乳	727	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです♪
		ひじきサラダ	ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま	小豆おこわ	もち米 米 小豆 砂糖	27.2	
		ブルーン	ブルーン	ブリッツ(サラダ味)	☆ ☆ ☆		
2	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	373	☆ひまわり2組遠足☆ 万博公園♪
		大根と豚肉の煮物	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	みかん	みかん	15.3	
		小松菜とかまぼこのすまし汁	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	あたり前田のクリケット	☆ ☆ ☆		
3	金	ごはん	米	牛乳	牛乳	497	
		鮭の甘酢あんかけ	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 油	黒糖いろいろ	小麦粉 黒糖 塩	29.0	
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	無限海老	☆ ☆ ☆		
4	土	和風混ぜごはん	米 鶏肉 人参 しめじ 薩摩揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	ジュース	りんごジュース	464	家庭保育協力日
		豚汁	豚肉 人参 白菜 大根 ごぼう こんにゃく 油揚げ 豆腐 葱 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お菓子	☆ ☆ ☆	16.0	
		ゼリー	ゼリー				
6	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	534	
		インド風鯖のサクサク揚げ	鯖 塩 酒 しょう油 カレー粉 片栗粉 油	お野菜せんべい	☆ ☆ ☆	25.9	
		桜えびのサラダ	干しえび きゃべつ ブロッコリー ほうれん草 油揚げ しょう油 マヨネーズ	たべっ子どうぶつ			
7	火	若布と麩のすまし汁	若布 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし				具だくさん味噌汁は 白味噌仕立てです。 つくたてのおもちを 入れてお雑煮風に 楽しむ予定です。 
		ごはん	米	牛乳	牛乳	307	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき	雪の宿	☆ ☆ ☆	12.4	
8 お餅つき 大会	水	ほうれん草とえのきのすまし汁	ほうれん草 えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	えび塩焼き			
		ごはん 味付けのり	米 味付けのり	牛乳	牛乳	651	
		つくたてのおもち / うさぎ組)ささみチーズカツ	もち米 / ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	りんごゼリー	りんごジュース ゼラチン 砂糖	28.4	
9 お餅つき 大会予備日	木	具だくさん味噌汁	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 煮干し 昆布	白い風船	☆ ☆ ☆		☆たまご1組クッキング☆ お部屋でいちごヨーグルトを 作って食べます♪
		ごはん	米	牛乳	牛乳	495	
		えびカツ	えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	33.1	
10	金	粕汁	酒粕 大根 人参 白菜 こんにゃく 油揚げ 豆腐	アスバラガスビスケット			
		ドライカレー	煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし				
		野菜サラダ	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ビーマン コーン レーズン	うさぎ組)牛乳	牛乳	552	
11	土	幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	ケチャップ ウスターソース しょう油 トマト缶 カレールウ 油	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	20.9	家庭保育協力日
		野菜あんかけ丼	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	エントリー			
		牛肉コロッケ	牛乳 野菜ジュース	ジュース	りんごジュース	460	
13	月	チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	お菓子	☆ ☆ ☆	15.8	
		きつねうどん	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉				
		パンブキンサラダ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油	牛乳	牛乳	609	
14 誕生会	火	レアチーズ	チーズ	れんこんチップ	蓮根 油 塩	18.9	
		レーズンパン	レアチーズ	きな粉せんべい	☆ ☆ ☆		
		旗付オムレツ	レーズンパン	ジュース	りんごジュース	570	
15	水	ミートボール	卵 ハム ビーマン マッシュルーム ツナ 粉チーズ 塩 コンソメ みりん 豆乳	ひまわり・つくし組)シュークリーム	☆ ☆ ☆	20.6	
		根菜スープ / プチマト / ゼリー	鶏肉 豚肉 玉葱 パン粉 卵白 黒酢 油	たんぽぽ・うさぎ組)お楽しみプチシェー	シェークリーム プリッツ カラーズプレー		
		ごはん	豚肉 鶏 大根 人参 しめじ じゃがいも 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩 / プチマト / ゼリー	牛乳	牛乳	373	
16 クリスマス会	木	大根と豚肉の煮物	米	みかん	みかん	15.8	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく 食べられる食材)は 小松菜・大根・蓮根・かぶ・ カリフラワー・ほうれん草 です。給食のメ ニューにもたくさん取り入れているので、何が 入っているか探してみてくださいね♪
		小松菜とかまぼこのすまし汁	大根 豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 厚揚げ グリンピース	あたり前田のクリケット	☆ ☆ ☆		
		パン	砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	ジュース	りんごジュース	551	
17 終業式	金	チューリップ唐揚げ	小松菜 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	クリスマスケーキ	☆ ☆ ☆	26.0	
		和風サラダ	パン	牛乳	牛乳	444	
		ミネストローネ/キチンディーチーズ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油	源氏パイ	☆ ☆ ☆	28.2	
18	土	ごはん	鮭 玉葱 人参 しめじ 小松菜 片栗粉 油	無限海老			家庭保育協力日
		鮭の甘酢あんかけ	しょう油 みりん 酢 砂糖 水	ジュース	りんごジュース	535	
		豆腐と若布の味噌汁	豆腐 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お菓子	☆ ☆ ☆	19.6	
20	月	和風混ぜごはん	米 鶏肉 人参 しめじ 薩摩揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩				自由登園日
		豚汁	豚肉 人参 白菜 大根 ごぼう こんにゃく 油揚げ 豆腐 葱 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	438	
		ゼリー	ゼリー	ココナッツサブレ	☆ ☆ ☆	24.9	
21	火	ごはん 味付けのり	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	白い風船			自由登園日
		ささみチーズカツ	白菜 玉葱 大根 人参 しめじ 煮干し 昆布	牛乳	牛乳	442	
		具だくさん味噌汁	白味噌 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	雪の宿	☆ ☆ ☆	18.9	
22	水	ごはん	ほうれん草 えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	えび塩焼き			自由登園日
		ドライカレー	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ビーマン コーン レーズン	うさぎ組)牛乳	牛乳	597	
		野菜サラダ	ケチャップ ウスターソース しょう油 トマト缶 カレールウ 油	ぱりんこ	☆ ☆ ☆	23.3	
23	木	幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン コールスロードレッシング	エントリー			自由登園日
		ごはん	牛乳 野菜ジュース	牛乳	牛乳	495	
		えびカツ	米	おにぎりせんべい	☆ ☆ ☆	33.1	
24	金	粕汁	酒粕 大根 人参 白菜 こんにゃく 油揚げ 豆腐	アスバラガスビスケット			自由登園日
		白味噌のクリームスパゲティ	煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳	牛乳	594	
		ひじきサラダ	スパゲティ 豚肉 玉葱 白菜 水菜 ジャがいも 白味噌 クリームシチュールウ	星食べよ	☆ ☆ ☆	25.1	
25	土	ブルーン	ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま	ブリッツ(サラダ味)			家庭保育協力日 特別保育(申込)
		野菜あんかけ丼	ブルーン	ジュース	りんごジュース	392	
		牛肉コロッケ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 油揚げ	お菓子	☆ ☆ ☆	11.2	
27	月	和風混ぜごはん	かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	牛乳	牛乳	496	特別保育（申込）
		豚汁	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油	お菓子	☆ ☆ ☆	26.0	
28	火	きつねうどん	米 鶏肉 人参 しめじ 薩摩揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	牛乳	牛乳	469	特別保育（申込）
		レアチーズ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	お菓子	☆ ☆ ☆	15.7	
			レアチーズ				
29	水	冬 休 園					
30	木	冬 休 園					サンプルはたんぽぽ組(3歳児)の分 量です。うさぎ組はそれより少なめ、 つくし・ひまわり組はそれより多めで す。質問などは担任にお聞きくださ い。
31	金	冬 休 園					