

平成30年12月給食献立表

聖母のさゆり保育園

| 日にち | 曜日 | 昼食 | おやつ | 主な食材 | | | その他 調味料等 |
|-----|----|--|----------------|----------------------|-----------------------------|---|------------------------------|
| | | | | 血・骨・肉をつくるもの | 熱や力となるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 25 | 火 | コーンピラフ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ 果物 お茶 | プリンアラモード 牛乳 | 合挽肉 牛乳 生クリーム 卵 | 米 バター パン粉 三温糖 マカロニ じゃがいも | コーン パセリ 玉葱 人参 ブロッコリー えりんぎ きゅうり キャベツ イチゴ みかん缶 | トマトピューレ ケチャップ コンソメ マヨドレ 塩 |
| 10 | 月 | 白飯 鶏のさっぱり煮 土佐和え 味噌汁 果物 お茶 | ベビーカステラ 牛乳 | 鶏肉 糸かつお 味噌 油揚げ 牛乳 | 米 油 三温糖 ホットケーキミックス | 大根 蓮根 人参 いんげん キャベツ きゅうり 小松菜 | 醤油 酢 煮干し |
| 11 | 火 | わかめご飯 ぶりの照り焼き 高野豆腐の煮物 清汁 果物 お茶 | ふかし芋 牛乳 | わかめ ぶり 牛乳 | 米 三温糖 ごま油 さつまいも | 大根 人参 しいたけ えのき ほうれん草 | 塩 醤油 みりん 顆粒だし 鰹節 |
| 12 | 水 | あんかけ焼きそば | おでん | 豚肉 えび | 中華麺 ごま油 片栗粉 | 白菜 玉葱 人参 青梗菜 しいたけ にんにく | 醤油 鶏ガラ 塩 |
| 26 | | 花野菜サラダ 果物 牛乳 | お茶 | 牛乳 ちくわ | 三温糖 油 ちくわぶ | 生姜 キャベツ ブロッコリー カリフラワー 大根 | マヨドレ 昆布 |
| 13 | 木 | 豚丼 ほうれん草の白和え | マカロニナポリタン | 豚肉 豆腐 | 米 油 三温糖 | ごぼう 玉葱 人参 えのき | 醤油 塩 |
| 27 | | 清汁 果物 お茶 | 牛乳 | 味噌 ツナ 牛乳 | しらたき ごま マカロニ | ほうれん草 キャベツ 大根 長葱 ピーマン | 鰹節 ケチャップ |
| 14 | 金 | ロールパン 鮭のムニエル | きつねおにぎり | 鮭 牛乳 | ロールパン 小麦粉 バター | キャベツ 玉葱 人参 | 塩 醤油 |
| 28 | | 野菜ソテー 果物 牛乳 | お茶 | 油揚げ | 油 米 三温糖 | えりんぎ コーン | みりん |
| 1 | 土 | ピビンバ丼 大根サラダ | せんべい | 豚挽き肉 卵 | 米 ごま油 ごま | もやし ほうれん草 人参 | 醤油 塩 |
| 15 | | 卵スープ 果物 お茶 | 牛乳 | わかめ 牛乳 | 三温糖 せんべい | 大根 きゅうり しいたけ 長葱 | 酢 鶏ガラ |
| 3 | 月 | 白飯 白身魚の西京焼き | キャロットケーキ | 白身魚 味噌 | 米 三温糖 油 | 白菜 しいたけ 人参 小松菜 | みりん 顆粒だし 鰹節 |
| 17 | | 白菜の炒め煮 清汁 果物 お茶 | 牛乳 | 油揚げ 卵 牛乳 | 片栗粉 小麦粉 バター | えのき かぶ | 塩 ベーキングパウダー |
| 4 | 火 | カレーライス ひじきサラダ | フライドおさつ | 豚肉 ひじき | 米 じゃがいも 油 | 玉葱 人参 コーン | カレールウ |
| 18 | | 果物 牛乳 | お茶 | 牛乳 | 三温糖 さつま芋 | キャベツ きゅうり 蓮根 | 醤油 酢 塩 |
| 5 | 水 | 和風スパゲティー 豆腐サラダ | 雑炊 | 鶏肉 豆腐 | スパゲティー 油 | 白菜 舞茸 えりんぎ えのき にんにく | 醤油 塩 |
| 19 | | 果物 牛乳 | お茶 | 牛乳 卵 | 三温糖 米 | 生姜 キャベツ 人参 きゅうり 小葱 | 酢 鰹節 |
| 6 | 木 | 白飯 鮭のあんかけ | りんごクッキー | 鮭 大豆 味噌 | 米 三温糖 油 片栗粉 | 人参 えのき ごぼう しいたけ 大根 | 醤油 |
| 20 | | 五目煮豆 味噌汁 果物 お茶 | 牛乳 | 卵 牛乳 | こんにゃく 小麦粉 バター | 小松菜 なめこ 長葱 りんご | 煮干し |
| 7 | 金 | 食パン ポテトミートグラタン | 南瓜団子 | 豚挽き チーズ | 食パン じゃが芋 | 玉葱 人参 えりんぎ にんにく | ケチャップ |
| 21 | | フレンチサラダ 果物 牛乳 | お茶 | 牛乳 | 三温糖 片栗粉 | キャベツ きゅうり 南瓜 | 酢 塩 醤油 |
| 8 | 土 | 鶏南蛮うどん 青菜の胡麻和え | サブレ | 鶏肉 糸かつお | うどん 三温糖 | 小松菜 長葱 しめじ | 醤油 昆布 |
| 22 | | 果物 お茶 | 牛乳 | 牛乳 | 油 ごま サブレ | ごぼう 人参 ほうれん草 きゅうり | 塩 |

今月の使用果物:りんご・オレンジ・バナナ・みかん グレープフルーツ
* 献立は諸事情により変更になる場合があります