

2022年度12月献立表

日	12・26(月)	13・27(火)	14・28(水)	15(木)	2(金)	3(土)
昼食	めぎ 麦ごはん 豚肉のオスターソース炒め ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁	たんご 丹後のばら寿司 みさいび 根菜汁	ごはん 火炒り豆腐 白菜と菊菜のり和え 水菜のみそ汁	ごはん 魚のちんちん焼き さつま芋のすまし汁	りごはん 鶏のてりやき 七草大根煮 小松菜のみそ汁 米 鶏肉・しょうゆ・酒・みりん	りごはん 鶏五目ごはん 玉ねぎのみそ汁 米・鶏ミンチ・人参 小松菜・ひじき 油あげ・ちりめんじゃこ しょうゆ・さとう・みりん・酒 だし(削り節) 玉ねぎ・青ねぎ みそ・だし(昆布・煮干し)
材料	米・押麦 豚肉・豆腐 きゃべつ・しめじ 玉ねぎ オスターソース・酒 サラダ油 ほうれん草 白菜 かつお節 しょうゆ・さとう わかめ みつば みそ だし(昆布・煮干し)	米 さば缶・しいたけ かんぴょう・人参 いんげん・かまぼこ 米酢・さとう・塩 しょうゆ・みりん さと芋・大根 ごぼう 厚あげ・青ねぎ しょうゆ・酒・みりん 片くり粉 だし(昆布・削り節)	米・ちりめんじゃこ 木綿豆腐 豚ミンチ・玉ねぎ しいたけ・人参 しょうゆ・みりん・さとう 酒・サラダ油 白菜・太もやし 菊菜 のり・しょうゆ・さとう 水菜・わかめ みそ だし(昆布・煮干し)	米 たら 長芋・きゃべつ 人参・玉ねぎ マッシュルーム みそ・みりん 酒・さとう さつま芋 ほうれん草 しょうゆ・塩 だし(昆布・削り節)	1(金) じゃこごはん 鶏のからあげ 七草大根煮 そうめんすまし汁・みかん 米・ちりめんじゃこ 鶏肉・土佐巻・酒・しょうゆ 片くり粉・サラダ油 七草大根・人参 油あげ・小松菜 しょうゆ・みりん・だし(削り節)	17(土) 弘光クリスマス会 幼児：持ちかえりパン 乳児：鶏ごうすい・チーズ 米・鶏ミンチ 小松菜・玉ねぎ 人参・しいたけ ちりめんじゃこ しょうゆ・酒・みりん だし(削り節) スライスチーズ 菓子
おやつ	するめ 菓子 スキムミルク スキムミルク ココア・さとう	やきそば 牛乳 中華麺・豚ミンチ きゃべつ ソース・サラダ油	麦のラスク 牛乳 麦・サラダ油 きな粉・さとう	チーズ 菓子 牛乳	そうめん・みつば しょうゆ・みりん・塩 だし(昆布・削り節) みかん じゃがもち・牛乳 じゃがいも・塩 片くり粉・しょうゆ	9(金) うどん 油あげ 玉ねぎ 人参・小松菜 鶏肉・ちりめんじゃこ しょうゆ・酒・みりん 片くり粉 だし(昆布・削り節) スライスチーズ バナナ
昼食	ばん 豚肉のみそ炒め ☆ロロケイト	ごはん 聖護院大根の煮物 れんこんのきんぴら 麦のみそ汁	ひき肉と根菜のカレー カブのピクルス きゃべつのすまし汁	ごはん 肉じゃが ほうとう風みそ汁	めごはん 白身魚の天ぷら カリフラワーのサラダ 豆腐のすまし汁 米・押麦 白身魚・酒・塩 小麦粉・サラダ油	たぬきうどん チーズ バナナ
材料	フランスパン 豚肉・鶏レバー きゃべつ・ピーマン・人参 (こんにゃく・土佐巻) 赤みそ・しょうゆ 酒・さとう・サラダ油 鮭・じゃが芋 玉ねぎ・ブロッコリー 白菜 豆乳・バター 鶏ガラ・ローリエ 塩・コンスタート	米・ちりめんじゃこ 聖護院大根 厚あげ・ほうれん草 しいたけ・ゆり根 しょうゆ・みりん だし(削り節) れんこん 赤ピーマン・平天 しょうゆ・さとう・みりん 酒・ごま油 麦 みつば みそ だし(昆布・煮干し)	米 豚ミンチ 玉ねぎ・さつま芋 れんこん・人参 さと芋 カレー粉・カールウ ソース・コンスタート カブ 米酢・さとう・塩 サラダ油 きゃべつ・青ねぎ しょうゆ・塩 だし(昆布・削り節)	米 牛肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参 いんげん・糸こんにゃく しょうゆ・さとう・酒 みりん だし(削り節) きしめん 南瓜・大根 油あげ・ほうれん草 白ねぎ みそ・みりん だし(昆布・削り節)	23(金) めごはん ちりめんじゃこのからあげ カリフラワーのサラダ 豆腐のすまし汁 米・押麦 白身魚・酒・塩 小麦粉・サラダ油 きゃべつ・きゅうり カリフラワー・人参 米酢・さとう・塩・サラダ油 豆腐・豆腐・塩 しょうゆ・だし(昆布・削り節) 23(金) めごはん ちりめんじゃこのからあげ カリフラワーのサラダ 豆腐のすまし汁 手羽元・塩こしょう 片くり粉・サラダ油 他の具材は9日と同じです	うどん 油あげ 玉ねぎ 人参・小松菜 鶏肉・ちりめんじゃこ しょうゆ・酒・みりん 片くり粉 だし(昆布・削り節) スライスチーズ バナナ
おやつ	5日 ♡みかん 19日 ♡りんご 菓子・スキムミルク スキムミルク ミロ・さとう	豆腐 焼きドーナツ 牛乳 豆腐 ホットケーキミックス	わかめおにぎり 牛乳 米 わかめふりかけ	♡菊菜の手づみ 牛乳 菊菜・玉ねぎ しらす・鶏ミンチ しょうゆ・塩・ごま油 小麦粉・片くり粉	9日 オレンジゼリー・牛乳 オレンジジュース アガー・さとう 23日 クリスマスプリン・牛乳 豆乳プリン 豆乳ホイップ・いちご	菓子

☆：多文化メニュー ♡：旬の食材 仕入の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください