

2012年 ぶどうの木保育園

12月の献立

※保育園の行事や食材の都合により、献立を変更することがあります。



1 クファージュシー
みそ汁(ほうれん草・生揚げ)
かぼちゃの煮物
みかん

【赤】豚肉、生揚げ、パスタ、豆乳、チーズ
【黄】精白米
【緑】人参、昆布、そば、ほうれん草、かぼちゃ、温州みかん
まめびよ たんならあくー

3 あわご飯
ゆしとうふ
肉じゃが
マカロニサラダ
梨

【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、竹輪、シロ、卵
【黄】精白米、あわ、じゃが芋、パスタ、麺、バター
【緑】そば、玉ねぎ、人参、きゅうり、なし

EM牛乳 ココアクッキー

4 あわご飯
みそ汁(冬瓜・わかめ)
魚のてんぷら
野菜炒め
柿

【赤】めかじき、卵、パスタ、豆乳
【黄】精白米、あわ、パン、バター
【緑】冬瓜、人参、キャベツ、トマト、マヨネーズ、柿

まめびよ シナモントースト

5 あわご飯
小松菜たまごスープ
ごぼうと牛肉の味噌煮
春雨サラダ
梨

【赤】卵、牛肉、ハム、牛乳、ツナ缶
【黄】精白米、あわ、こんにゃく、春雨
【緑】小松菜、ごぼう、人参、しょうが、きゅうり、乾燥ワカメ、トマト、梨

ゲンキミルク 野菜天ぷら

6 いもご飯
みそ汁(大根・油揚げ)
和風ハンバーグ
ポパイサラダ
プチトマト

【赤】油揚げ、豚ひき肉、鶏ひき肉、卵、シロ
【黄】精白米、さつまいも、ごま、オリーブ油
【緑】大根、そば、玉ねぎ、ひじき、ほうれん草、コーン、トマト

ゲンキミルク シークァーサータルト

7 ご飯
ポークビーンズ
ナムル
みかん

【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、牛乳
【黄】精白米、パスタ、麺、ごま油、あんパン
【緑】玉ねぎ、人参、ほうれん草、もやし、きゅうり、温州みかん

ゲンキミルク あんパン

お弁当会

まめびよ 黒棒

10 麦ご飯
みそ汁(小松菜・しめじ)
親子どんぶり
ごぼうサラダ

【赤】鶏肉、卵、EM牛乳、しらす、チーズ
【黄】精白米、押麦、パン、バター
【緑】小松菜、しめじ、人参、玉ねぎ、ピーマン、根深ねぎ、ごぼう、きゅうり、コーン

EM牛乳 クリームパン

11 あわご飯
すまし汁(ほうれん草・大根)
鮭のマヨネーズ焼き
きんぴら風煮
梨

【赤】べにざけ、鶏ひき肉、牛乳、卵
【黄】精白米、あわ、サツマイモ、バター
【緑】ほうれん草、大根、しめじ、玉ねぎ、ごぼう、人参、れんこん、梨

ゲンキミルク ゆでコーン

12 ふりかけご飯
おでん
きゅうりともしの和え物

【赤】ソーキ骨、生揚げ、竹輪、シロ、きな粉
【黄】精白米、こんにゃく、くずでん粉、黒砂糖
【緑】人参、大根、なが昆布、きゅうり、トマト、柿

ゲンキミルク くずもち

13 麦ご飯
冬瓜カレー汁
からし菜チャンプルー
もずくの酢の物
紅芋ゼリー

【赤】豚肉、さやいんげん、油揚げ、沖縄豆腐、ツナ缶、シロ、豚ひき肉
【黄】精白米、押麦、パスタ、麺
【緑】冬瓜、からし、人参、沖縄もずく、わら、玉葱

ゲンキミルク サーターアングギー

14 黒糖ロール
きのこシチュー
白菜の和え物
みかん

【赤】鶏肉、鶏レバー、牛乳、しらす
【黄】パン、じゃが芋、バター、サツマイモ
【緑】人参、玉葱、アロカリ、カリ、マイタケ、エリンギ、白菜、きゅうり、温州みかん

ゲンキミルク 焼き芋

15 チキンピラフ
野菜スープ(白菜)
バナナ
かぼちゃ含め煮

【赤】チーズ、鶏肉、ハム、豆乳、卵
【黄】精白米、春雨、マーガリン
【緑】玉ねぎ、人参、ピーマン、コンニャク、白菜、コーン、バナナ、かぼちゃ、グラノーラ

まめびよ シリアルクッキー

17 あわご飯
みそ汁(小松菜・豆腐)
もずく丼
マカロニサラダ

【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、卵、ハム、シロ、きな粉
【黄】精白米、あわ、パスタ、麺、白玉粉
【緑】小松菜、沖縄もずく、人参、コンニャク、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、干しぶどう

EM牛乳 ちんすこー

18 あわご飯
アサ汁
エビフライタルタルソース
野菜炒め
梨

【赤】沖縄豆腐、アサ、卵、豚ひき肉、シロ
【黄】精白米、あわ、やまいも
【緑】あおさ、ピクルス、玉葱、人参、もやし、アロカリ、梨

ゲンキミルク かるかん

19 納豆ごはん
そうめん汁
筑前煮
きゅうりの和え物
みかん

【赤】納豆、豚肉、さやいんげん、牛乳
【黄】精白米、押麦、そうめん
【緑】ネギ、人参、ごぼう、たけのこ、しいたけ、きゅうり、梅干し、温州みかん

ゲンキミルク 誕生会ケーキ

20 あわご飯
みそ汁(大根・わかめ)
ちくわのチーズフライ
ひじき炒め
プチトマト

【赤】竹輪、卵、豚肉、シロ、豆乳
【黄】精白米、あわ
【緑】大根、わかめ、ひじき、人参、トマト

ゲンキミルク 米粉クッキー

21 麦ごはん
ベジタブルカレー
大根と柿の甘酢和え

【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳
【黄】精白米、押麦、じゃが芋
【緑】かぼちゃ、玉葱、トマト、キャベツ、コンニャク、大根、柿

ゲンキミルク だら焼き

クリスマス会

天皇誕生日 振替休日<休園>

25 スパゲティナポリタン
コーンスープ
キャベツサラダ
クリスマスカップケーキ

【赤】ウイナー、チーズ、卵、鶏肉、グリーンピース
【黄】パスタ、麺、オリーブ油、精白米、バター
【緑】人参、玉葱、トマト、ピーマン、コーン、小松菜、キャベツ、みかん、コーン

みかんジュース みそおみぎり

26 菜飯(ほうれん草)
みそ汁(もやし・わかめ)
揚げ魚のみぞれ煮
人参しりしり
みかん

【赤】白身魚、しらす、卵、シロ
【黄】精白米、ごま油、バター
【緑】ほうれん草、トマト、わかめ、大根、人参、そば、温州みかん

ゲンキミルク カステラ

27 あわご飯
みそ汁(油揚げ・麩)
ソフトハンバーグ
野菜炒め
ブルーベリー

【赤】油揚げ、鶏ひき肉、豚レバー、卵、豚ひき肉、牛乳
【黄】精白米、あわ、麩、白玉粉、バター、コンニャク、わかめ
【緑】こねぎひじき、しょうが、人参、トマト、アロカリ、ブルーベリー、かぼちゃ

ゲンキミルク ココナツもちケーキ

28 麦ごはん
ハヤシライス
フルーツサラダ

【赤】牛肉、鶏レバー、コンニャク、豆乳、チーズ
【黄】精白米、押麦、じゃが芋
【緑】玉ねぎ、人参、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう

まめびよ たんならあくー

年末年始休み

12月29日(土) ~
1月3日(木)迄