



12月献立予定表

令和2年 認定こども園旭幼稚園 (2・3号)

吐く息が白く感じられる寒い朝、冬がやってきました。だんだんと冷え込みも厳しくなり、一年の最後の月、12月になります。今年、新型コロナウイルスの発生により、世界中が驚き、苦しみ、そして悲しみを感じた年となりました。インフルエンザの流行期にも重なりますから、マスク、手洗い、うがいなど、できることを続けることで、自分の体を守り、新しい年を迎えましょう。



マークの日は、スプーンを持ってきてください。

☆・うさぎは赤魚です。 ※都合により食材を変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時の おやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病氣から守ってくれる	
1	火	わかめごはん	長州どりの照り焼き かぼちゃとコーンのサラダ 大根と豆腐のみそ汁	鶏肉・木綿豆腐・味噌	米	かぼちゃ・きゅうり・コーン・大根・玉ねぎ・人参・わかめ	きなこトースト
2	水	もち麦ごはん	豚肉とキャベツの味噌炒め ふかしいも にゅうめん	豚肉・味噌	さつまいも・そうめん・米・もち麦	キャベツ・ピーマン・赤ピーマン・青ネギ	バナナ ヨーグルト
3	木	鶏塩うどん	鶏塩うどん ブロッコリーとエビのマヨドレあえ パイン	鶏肉・エビ	うどん	長ネギ・ブロッコリー・コーン・パイン	わかめ むすび
4	金	ビーフカレー	ビーフカレー キャベツとコーンのごまドレサラダ りんご	牛肉	じゃが芋・米・ごまクリーム・ドレッシング	玉ねぎ・人参・りんご・ジュース・キャベツ・きゅうり・コーン・りんご	さつまいも 蒸しパン
5	土	きのこことベーコンのスパゲティ	きのこことベーコンのスパゲティ 水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	ベーコン・ちりめんじゃこ	スパゲティ・ドレッシング・ごま醤油	玉ねぎ・えのき・生しいたけ・にんにく・海苔・水菜・バナナ	パン
7	月	もち麦ごはん	豚肉と小松菜の塩炒め キャベツの海苔酢あえ えのきと揚げのみそ汁 チーズ	豚肉・味噌・ちりめんじゃこ・カット揚げ・チーズ	米・もち麦・砂糖	玉ねぎ・小松菜・赤ピーマン・キャベツ・海苔・えのき	フルーツ エ(いちご)
8	火	ゆかりごはん	白身魚の西京焼き ブロッコリーとカリフラワーのお浸し 野菜たっぷり豚汁	大羽・白味噌・豚肉・味噌	米	ブロッコリー・カリフラワー・人参・しめじ・ごぼう・こんにゃく・青ネギ・ゆかり	タイ焼き ミニゼリー
9	水	もち麦ごはん	牛肉のスタミナ炒め ほうれん草と白菜のごま和え ワカメと豆腐のみそ汁	牛肉・木綿豆腐・味噌	米・もち麦・砂糖	玉ねぎ・人参・赤ピーマン・ピーマン・ほうれん草・白菜・コーン・ワカメ	お菓子
10	木	中華丼	中華丼 小松菜ともやしのナムル 豆乳プリン	豚肉	米・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・小松菜・赤ピーマン・もやし・豆乳プリン	ジャム サンド
11	金	もち麦ごはん	長州どりのマーレード焼 キャベツとワカメのポン酢あえ つるつる春雨スープ いちごムース	鶏肉	マーレード・米・春雨・いちご・ムース	キャベツ・ワカメ・人参・玉ねぎ・青ネギ・干しいたけ	ツナむすび

12	土	肉うどん	肉うどん キャベツとちりめんじゃこの甘酢あえ バナナ	牛肉・ちりめんじゃこ・カット揚げ	うどん・砂糖	玉ねぎ・生姜・青ネギ・キャベツ・人参・バナナ	パン	
14	月	もち麦ごはん	豚肉の二色ごま炒め 青のりポテト えのきとワカメのみそ汁	豚肉・味噌	砂糖・じゃが芋・米・もち麦	玉ねぎ・人参・インゲン・青のり・えのき・大根・ワカメ	アメリカン ドッグ ミニゼリー	
15	火	しそわかめごはん	鮭の塩焼き エビ入りビーフソテー さつまいのみそ汁	鮭・豚肉・エビ・味噌・カット揚げ	ビーフン・米・砂糖・さつまいも	ピーマン・人参・干しいたけ・青ネギ・玉ねぎ・しそわかめ	シュガー トースト	
16	水	もち麦ごはん	ほくほく肉じゃが ブロッコリーとコーンのサラダ 青ネギと豆腐のみそ汁	牛肉・木綿豆腐・味噌	じゃが芋・砂糖・米・もち麦・ドレッシング・ごま醤油	玉ねぎ・グリーンピース・人参・ブロッコリー・きゅうり・コーン・青ネギ・ワカメ	フルーツ ポンチ	
17	木	わかめごはん	ブルコギ 春雨と黄ピーマンのサラダ 青ネギと麩のみそ汁	牛肉・味噌	砂糖・米・麩・ドレッシング・ごま醤油	にんにく・玉ねぎ・人参・から・黄ピーマン・きゅうり・青ネギ・大根	マカロニ きなこ	
18	金	<クリスマスメニュー> チキンピラフ	肉団子の甘酢あん りんご入りポテトサラダ コーンクリームスープ ケーキ	肉団子・牛乳・鶏肉	砂糖・じゃが芋・米・ケーキ	赤ピーマン・玉ねぎ・きゅうり・コーン・りんご・人参	クッキー ミニゼリー	
19	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ キャベツのゴマドレサラダ バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ	スパゲティ・砂糖・ごまクリーム・ドレッシング	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・きゅうり・コーン・バナナ	パン	
21	月	もち麦ごはん	筑前煮 キャベツとちりめんじゃこの海苔酢あえ 牛肉と白菜のスープ	鶏肉・牛肉・ちりめんじゃこ	砂糖・米・もち麦	こんにゃく・れんこん・人参・ごぼう・枝豆・キャベツ・人参・海苔・白菜	お菓子	
22	火	ゆかりごはん	干草焼(野菜入り卵焼き) さつまいもとレモン煮 かぶのみそ汁	卵・味噌	砂糖・さつまいも・米	青ネギ・人参・枝豆・干しいたけ・かぶ・玉ねぎ・ワカメ・ゆかり	コーン むすび	
23	水	もち麦ごはん	サバの竜田揚げ 春雨ときゅうりの酢の物 大根と麩のみそ汁	サバ・味噌	米・もち麦・砂糖・春雨・麩	生姜・にんにく・コーン・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ	フルーツ エ(ピーチ)	
24	木	麻婆丼	マーボー丼 ひじきとコーンの中華サラダ みかん	木綿豆腐・豚ミンチ・赤味噌・中華味噌	砂糖・米・春雨	玉ねぎ・人参・生姜・きゅうり・ひじき・コーン・みかん	ピザ トースト	
25	金	もち麦ごはん	豚肉とえりんぎの味噌炒め かぼちゃの塩バター えのきとワカメのすまし汁 りんご	豚肉・味噌	バター・米・もち麦	キャベツ・えりんぎ・ピーマン・赤ピーマン・生姜・にんにく・かぼちゃ・えのき・青ネギ・ワカメ・玉ねぎ	クリスマス スケーキ	
26	土	カレーうどん	カレーうどん キャベツの昆布和え バナナ	牛肉	うどん	玉ねぎ・りんご・ジュース・青ネギ・キャベツ・きゅうり・人参・昆布・バナナ	パン	
28	月	○おべんとうを持ってきてください						お菓子

