



2020年12月

杉戸みちのご保育園

日曜	時間帯	献立	材料名	日曜	時間帯	献立	材料名
1 火	午前おやつ	しょうゆせんべい 牛乳	しょうゆせんべい 牛乳	15 火	午前おやつ	ミニかきもち 牛乳	ミニかきもち 牛乳
	昼食	軟飯 魚のもやしあんかけ きんぴら人参 豆腐みそ汁	たら、もやし、油、ケチャップ、片栗粉、三温糖、しょうゆ 人参、油、しょうゆ、三温糖 木綿豆腐、長葱、だし汁、米みそ		昼食	わかめご飯 豆腐とツナの照り焼き キャベツの胡麻和え すまし汁	米、カットわかめ、食塩、しょうゆ 木綿豆腐、ツナ水煮缶、玉葱、油、食塩、しょうゆ、三温糖、片栗粉 キャベツ、人参、さつまいも、ごま、しょうゆ、三温糖、食塩 えのきたけ、玉葱、だし汁、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	総菜マフィン 牛乳	ホットケーキミックス、ホールコーン缶、枝豆、ケチャップ 牛乳		午後おやつ	チーズとごまのスティックケーキ 牛乳	ホットケーキミックス、牛乳、ごま、粉チーズ 牛乳
2 水	午前おやつ	フルーツラムネ 牛乳	フルーツラムネ 牛乳	16 水	午前おやつ	ビスケット 牛乳	ビスケット 牛乳
	昼食	トマトライス フルーツヨーグルト かぶのスープ	米、鶏ささ身、ピーマン、玉葱、マッシュルーム缶、油、三温糖、トマトジュース、コンソメ、食塩、グリーンピース みかん缶、パイン缶、バナナ、干しぶどう、ヨーグルト(無糖)、三温糖 かぶ、かぶの葉、人参、コンソメ、食塩		昼食	野菜うどん 魚しゅうまい バナナ	干しうどん、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし、油、中華あじ、しょうゆ、食塩 白身魚すり身、玉葱、ひじき、しょうゆ、三温糖、片栗粉、油、食塩、もち米 バナナ
	午後おやつ	イタリアンワッフル スキムミルク	ホットケーキミックス、スライスチーズ、玉葱、ピーマン、牛乳、油 スキムミルク		午後おやつ	豆腐2種 牛乳	木綿豆腐、きな粉、三温糖、ひきわり納豆、しょうゆ、青のり 牛乳
3 木	午前おやつ	カルシウムせんべい 牛乳	カルシウムせんべい 牛乳	17 木	午前おやつ	しょうゆせんべい 牛乳	しょうゆせんべい 牛乳
	昼食	軟飯 チキンのチーズ焼き 中華サラダ みそ汁	米 鶏もも肉(皮なし)、玉葱、マッシュルーム缶、ケチャップ、食塩、油、とろけるチーズ 春雨、人参、胡瓜、油、しょうゆ、食塩、三温糖 白菜、人参、だし汁、米みそ		昼食	ピラフ 白パン ハンバーグ マッシュポテトのリースサラダ ミネストローネスープ	米、ツナ水煮缶、玉葱、クエン酸、コンソメ、バター、グリーンピース、人参、ホットケーキミックス、三温糖、ヨーグルト(無糖)、小麦粉 鶏ささ身、玉葱、人参、木綿豆腐、食塩、片栗粉、ケチャップ じゃがいも、玉葱、人参、胡瓜、ホールコーン缶、豆乳、三温糖、食塩、油 玉葱、キャベツ、人参、ホールトマト缶、マカロニ、油、食塩、三温糖、コンソメ
	午後おやつ	五平餅(しらす入り) 牛乳	米、しらす干し、葉ねぎ、ごま、米みそ、三温糖、だし汁 牛乳		午後おやつ	ブルーチェーケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス、ブルーチェ、牛乳、ゼラチン、苺、三温糖、コーンスターチ スキムミルク
4 金	午前おやつ	ふがし 牛乳	ふがし 牛乳	18 金	午前おやつ	鈴カステラ 牛乳	鈴カステラ 牛乳
	昼食	マーボー豆腐丼 チーズサラダ かぶスープ バナナ	米、木綿豆腐、人参、長葱、鶏ささ身、油、米みそ、しょうゆ、三温糖、片栗粉 キャベツ、人参、ホールコーン缶、胡瓜、チーズ、三温糖、食塩、油 かぶ、人参、小松菜、コンソメ、食塩 バナナ		昼食	軟飯 鶏カツ 和風胡麻和え みそ汁	米 鶏もも肉(皮なし)、食塩、小麦粉、パン粉、油 キャベツ、人参、胡瓜、しょうゆ、ごま 大根、カットわかめ、だし汁、米みそ
	午後おやつ	さつま芋もち スキムココア	さつまいも、片栗粉、牛乳、油 スキムミルク、ココア		午後おやつ	昆布おにぎり 牛乳	米、しらす干し、こんぶ佃煮、青のり 牛乳
5 土	午前おやつ	塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳	19 土	午前おやつ	塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
	昼食	煮込みうどん じゃがいもとツナの煮物 バナナ	干しうどん、人参、長葱、えのきたけ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、ツナ水煮缶、三温糖、しょうゆ バナナ		昼食	トマトスパゲッテー サラダ 白菜スープ	スパゲッテー、鶏ささ身、玉葱、油、ホールトマト缶、ケチャップ、食塩、三温糖、コンソメ、マッシュルーム缶 キャベツ、人参、胡瓜、ホールコーン缶、しょうゆ 白菜、春雨、人参、コンソメ
	午後おやつ	のりサンド 牛乳	米、のり、しそふりかけ、こんぶ佃煮、焼きのり 牛乳		午後おやつ	白パン 牛乳	ホットケーキミックス、三温糖、ヨーグルト(無糖)、小麦粉 牛乳
7 月	午前おやつ	鈴カステラ 牛乳	鈴カステラ 牛乳	21 月	午前おやつ	うす焼きせんべい 牛乳	うす焼きせんべい 牛乳
	昼食	軟飯 厚揚げチャンプル さつま芋の黄金煮 実だくさん汁	米 生揚げ、豚もも肉、人参、チンゲン菜、もやし、油、食塩、しょうゆ、かつお節 さつまいも、三温糖、食塩、だし汁 大根、人参、長葱、しめじ、米みそ、だし汁		昼食	シチューライス キャベツとリンゴのサラダ 野菜スープ	米、豚肩ロース肉、じゃがいも、玉葱、人参、グリーンピース、油、豆乳、小麦粉 キャベツ、りんご、干しぶどう、油、食塩、三温糖 かぶ、人参、ホールコーン缶、コンソメ、食塩
	午後おやつ	チーズ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス、三温糖、ヨーグルト(無糖)、牛乳、チーズ 牛乳		午後おやつ	豆乳プディング スキムミルク	豆乳、牛乳、ゼラチン、三温糖、水 スキムミルク
8 火	午前おやつ	しょうゆせんべい 牛乳	しょうゆせんべい 牛乳	22 火	午前おやつ	きなこせんべい 牛乳	きなこせんべい 牛乳
	昼食	軟飯 鶏肉のから揚げ 中華風和え物 わかめスープ	米 鶏もも肉(皮なし)、しょうゆ、片栗粉、油 春雨、胡瓜、人参、しょうゆ、三温糖 カットわかめ、長葱、ごま、中華あじ、食塩		昼食	軟飯 かじきのきのこ煮 切干大根のソテー 豆腐みそ汁	米 かじき、食塩、片栗粉、油、えのき茸、しめじ、生椎茸、だし汁、しょうゆ、片栗粉、さやえんどう 切干大根、えのきたけ、小松菜、人参、油、食塩 木綿豆腐、だし汁、米みそ
	午後おやつ	バナナマフィン スキムミルク	ホットケーキミックス、バナナ、絹ごし豆腐、干しぶどう、三温糖、 スキムミルク		午後おやつ	くずもち 牛乳	水、片栗粉、三温糖、きな粉 牛乳
9 水	午前おやつ	カルシウムせんべい 牛乳	カルシウムせんべい 牛乳	23 水	午前おやつ	塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
	昼食	炒飯 キャベツサラダ 中華スープ	米、長葱、ピーマン、油、しょうゆ、食塩、中華あじ キャベツ、ホールコーン缶、胡瓜、ごま、三温糖、しょうゆ、油、食塩 生椎茸、人参、にら、春雨、中華あじ、しょうゆ		昼食	軟飯 豆腐入り松風焼き 筑前煮 すまし汁	米 鶏ささ身、木綿豆腐、玉葱、片栗粉、米みそ、ごま、青のり 鶏もも肉(皮なし)、人参、いんげん、だし汁、しょうゆ、三温糖 人参、カットわかめ、長葱、だし汁、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳ゼリー 牛乳	牛乳、ゼラチン、水、三温糖、バナナ 牛乳		午後おやつ	きなこ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス、きな粉、牛乳 牛乳
10 木 誕生会 メニュー	午前おやつ	マシュマロ 牛乳	マシュマロ 牛乳	24 木	午前おやつ	ふがし 牛乳	ふがし 牛乳
	昼食	コロケパン チキンサラダ 野菜スープ	コロケパン、じゃがいも、鶏ひき肉、人参、玉葱、食塩、パン粉、キャベツ、しょうゆ、魚肉ソーセージ、スパゲッテー、焼きのり 鶏ささ身、キャベツ、胡瓜、トマト、ホールコーン缶、しょうゆ、食塩 かぶ、舞茸、人参、玉葱、鶏むね肉(皮なし)、コンソメ		昼食	軟飯 キャベツの肉巻き ジャーマンポテト みそ汁	米 豚ロース肉、キャベツ、小麦粉、しょうゆ、三温糖 じゃがいも、玉葱、バセリ、食塩、油 木綿豆腐、だし汁、米みそ
	午後おやつ	さつま芋のケーキ 牛乳	ホットケーキミックス、さつまいも、豆乳、三温糖、レモン汁、ヨーグルト(無糖)、 牛乳		午後おやつ	ミルクわらび餅 牛乳	豆乳、三温糖、片栗粉、きな粉 牛乳
11 金	午前おやつ	ミニかきもち 牛乳	ミニかきもち 牛乳	25 金	午前おやつ	バタークッキー 牛乳	バタークッキー 牛乳
	昼食	軟飯 豆腐ハンバーグ ツナサラダ 豆腐みそ汁	米 木綿豆腐、玉葱、おから、片栗粉、食塩、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、人参、ホールコーン缶、胡瓜、ツナ水煮缶、三温糖、しょうゆ、油、食塩 木綿豆腐、しめじ、カットわかめ、だし汁、米みそ		昼食	ツナスバゲティ タンドリーチキン ミニトマト きのこスープ	スパゲッテー、油、ツナ水煮缶、玉葱、マッシュルーム缶、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうゆ、バター、食塩、焼きのり 鶏もも肉(皮なし)、食塩、しょうゆ、ケチャップ、レモン汁 ミニトマト えのきたけ、しめじ、玉葱、人参、コンソメ、食塩
	午後おやつ	チーズナン 牛乳	強力粉、ベーキングパウダー、ヨーグルト(無糖)、三温糖、油、ビザ用チーズ 牛乳		午後おやつ	ツリーカップケーキ スキムミルク	ホットケーキミックス、バター、三温糖、牛乳、クリームチーズ、抹茶、粉糖 スキムミルク
12 土	午前おやつ	塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳	26 土	午前おやつ	塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
	昼食	鶏丼 ブロッコリーとしらす炒め すまし汁	米、玉葱、人参、鶏もも肉(皮なし)、三温糖、しょうゆ、だし汁、三つ葉 ブロッコリー、しらす干し、長葱、油、中華あじ、食塩 大根、カットわかめ、だし汁、しょうゆ、食塩		昼食	きのこのリゾット風 彩りサラダ 春雨スープ バナナ	米、バター、玉葱、人参、鶏もも肉(皮なし)、エリンギ、しめじ、えのきたけ、食塩、コンソメ、豆乳、粉チーズ、バセリ ブロッコリー、ミニトマト、さつまいも、鶏ささ身、レモン汁、しょうゆ、三温糖 白菜、春雨、ホールコーン缶、コンソメ バナナ
	午後おやつ	バナナカップケーキ 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、食塩、バナナ、油、三温糖、牛乳 牛乳		午後おやつ	アメリカンチーズドッグ 牛乳	ホットケーキミックス、豆乳、小麦粉、チーズ 牛乳
14 月	午前おやつ	しょうゆせんべい 牛乳	しょうゆせんべい 牛乳	28 月	午前おやつ	せんべい 牛乳	せんべい 牛乳
	昼食	軟飯 豚肉とピーマンの千切り炒め じゃが芋の煮物 みそ汁	米 豚ロース肉、ピーマン、人参、油、食塩、中華あじ、片栗粉 じゃがいも、人参、しょうゆ、だし汁、いんげん、三温糖 人参、もやし、カットわかめ、だし汁、米みそ		昼食	軟飯 中華うど煮 もやしとささ身の和え物 じゃがいものみそ汁	米 豚もも肉、食塩、油、玉葱、人参、さやえんどう、生椎茸、しょうゆ、コンソメ、三温糖、片栗粉 もやし、にら、人参、鶏ささ身、しょうゆ、三温糖、油、食塩 じゃがいも、長葱、だし汁、米みそ
	午後おやつ	ツナ照りパン 牛乳	食パン、ツナ水煮缶、ホールコーン缶、しょうゆ、三温糖、ビザ用チーズ 牛乳		午後おやつ	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、三温糖、バター、きな粉 牛乳

※材料の入荷により献立が一部、変更になる場合がございます。