

12月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.12. 1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・おくら

	12月2日 (月)	12月3日 (火)	12月4日 (水)	12月5日 (木)	12月6日 (金)	12月7日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん 鶏の香味焼き 鶏もも 清酒(普通) 青ネギ にんにく こいくちしょうゆ ごま油 ひじきの煮物 鶏むね ほしひじき(乾) にんじん いんげん だいず(水煮) 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん れんこんのみそ汁 たまねぎ にんじん れんこん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん たらのケチャップあんかけ たら 片栗粉 なたね油 たまねぎ にんじん ピーマン ぶなしめじ トマトケチャップ 顆粒洋風だし 砂糖 片栗粉 ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん 松風焼き 鶏ミンチ 木綿豆腐 にんじん 生しいたけ 青ネギ 片栗粉 顆粒中華だし ごま油 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 かつおだし 吉野汁 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 片栗粉	ごはん ごはん すき焼き風煮 牛もも たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ 青ネギ 糸こんにゃく 焼き豆腐 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん なたね油 小松菜ともやしの磯和え こまつな もやし 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ みかん みかん	ごはん ごはん サケときのこのシチュー さけ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ コーン缶ホール シチュールウ ブロッコリーの黒ごまサラダ ブロッコリー ミニトマト にんじん くろごま(いり) こいくちしょうゆ 砂糖 りんご りんご	味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 あおさにぎり ごはん あおさ 塩	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 かぼちゃしるこ ゆで小豆缶詰 水 塩 白玉粉 絹ごし豆腐 砂糖 かぼちゃ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ごまドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 くろごま(いり) 砂糖 なたね油	ほうじ茶 ほうじ茶 塩昆布おにぎり ごはん 塩昆布 いりごま ごま油	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 オレンジゼリー 粉寒天 オレンジジュース(濃縮還元) 水 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。※完了食のごはんは軟飯です。

※朝のおやつは0~2歳児のみ喫食します。

※★印はアレルギー物質を含む食材です。代替食を記載しておりますので、ご確認ください。

12月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.12.1

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	12月9日 (月)	12月10日 (火)	12月11日 (水)	12月12日 (木)	12月13日 (金)	12月14日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	保育参観
昼食	ごはん ごはん さばの味噌煮 さば 赤みそ しょうが 砂糖 本みりん 清酒(普通) 水 白菜のおかか和え はくさい にんじん かつお節 こいくちしょうゆ けんちん汁 木綿豆腐 にんじん だいこん さといも(冷凍) 生しいたけ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	パエリア風ごはん ごはん 鶏もも にんにく たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン カレー粉 顆粒洋風だし ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり まぐろ油漬缶 マヨドレ キャベツとコーンのスープ キャベツ たまねぎ コーン缶ホール 洋風だし	ごはん ごはん 豆腐のまさご揚げ 木綿豆腐 鶏ミンチ にんじん ひじき 生しいたけ 片栗粉 青ネギ しょうが こいくちしょうゆ なたね油 キャベツのゆかり和え キャベツ にんじん きゅうり ゆかり わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん 寄せ鍋風煮物 鶏もも はくさい 生しいたけ にんじん くずきり(ゆで) 木綿豆腐 かつおだし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 清酒(普通) だいこんの甘酢漬け だいこん 塩 穀物酢 砂糖 刻みこんぶ みかん みかん	根菜カレーライス ごはん 鶏もも たまねぎ にんじん れんこん ごぼう カレールウ フレンチサラダ キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 砂糖 オリーブ油 りんご りんご	
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きおにぎり ごはん こいくちしょうゆ 本みりん ごま油 いりごま	ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉のバナナパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 バナナ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 かぼちゃもち かぼちゃ(冷凍) 片栗粉 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 片栗粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖	

12月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.12.1

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	12月16日 (月)	12月17日 (火)	12月18日 (水)	12月19日 (木)	12月20日 (金)	12月21日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん 鶏の香味焼き 鶏もも 清酒(普通) 青ネギ にんにく こいくちしょうゆ ごま油 ひじきの煮物 鶏むね ほしひじき(乾) にんじん いんげん だいず(水煮) 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん れんこんのみそ汁 たまねぎ にんじん れんこん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん たらのケチャップあんかけ たら 片栗粉 なたね油 たまねぎ にんじん ピーマン ぶなしめじ トマトケチャップ 顆粒洋風だし 砂糖 片栗粉 ほうれんそうのみそ汁 ほうれんそう たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん 松風焼き 鶏ミンチ 木綿豆腐 にんじん 生しいたけ 青ネギ 片栗粉 顆粒中華だし ごま油 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 砂糖 吉野汁 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 片栗粉	ごはん ごはん すき焼き風煮 牛もも たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ 青ネギ 糸こんにゃく 焼き豆腐 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん なたね油 小松菜ともやしの磯和え こまつな もやし 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ みかん みかん	かぼちゃシチューライス ごはん 鶏もも たまねぎ にんじん かぼちゃ コーン缶ホール シチュールー 片栗粉 ブロッコリーの黒ごまサラダ ブロッコリー ミニトマト にんじん くろごま(いり) こいくちしょうゆ 砂糖 りんご りんご	味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 あおさにぎり ごはん あおさ 塩	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 さつまいもしるこ ゆで小豆缶詰 水 塩 白玉粉 絹ごし豆腐 砂糖 さつまいも	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 きなこドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 砂糖 なたね油 きな粉 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 黄桃ゼリー 粉寒天 水 砂糖 黄桃缶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩昆布おにぎり ごはん 塩昆布 いりごま ごま油	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

12月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.12.1

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	12月23日 (月)	12月24日 (火)	12月25日 (水)	12月26日 (木)	12月27日 (金)	12月28日 (土)
朝 間 食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼 食	ごはん ごはん さばの味噌煮 さば 赤みそ しょうが 砂糖 本みりん 清酒(普通) 水 白菜のおかか和え はくさい にんじん かつお節 こいくちしょうゆ けんちん汁 木綿豆腐 にんじん だいこん さといも(冷凍) 生しいたけ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	ごはん ごはん 高野豆腐の煮物 鶏ミンチ 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし キャベツのゆかり和え キャベツ にんじん きゅうり ゆかり わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	もみの木ピラフ ごはん まぐろ油漬缶 コーン缶ホール 顆粒洋風だし にんじん あおさ ハンバーグ 牛ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 生しいたけ トマトケチャップ 顆粒洋風だし ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり まぐろ油漬缶 マヨドレ コーン缶ホール コンソメスープ たまねぎ にんじん じゃがいも 洋風だし	ごはん ごはん 寄せ鍋風煮物 鶏もも はくさい 生しいたけ にんじん くずきり(ゆで) 木綿豆腐 かつおだし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 清酒(普通) だいこんの甘酢漬け だいこん 塩 穀物酢 砂糖 刻みこんぶ みかん みかん	根菜カレーライス ごはん 鶏もも たまねぎ にんじん れんこん ごぼう カレールウ フレンチサラダ キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 三温糖 オリーブ油 りんご りんご	五目うどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ たまねぎ さといも(冷凍) 木綿豆腐 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん バナナ バナナ
昼 間 食	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きおにぎり ごはん こいくちしょうゆ 本みりん ごま油 いりごま	ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 トライフル 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 いちご 黄桃缶 グリーンキウイフルーツ 豆乳ホイップ 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 わかめおにぎり ごはん 混ぜ込みわかめ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 焼きかぼちゃ かぼちゃ(冷凍) 油 塩	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい