保護者殿

12月の献立

2023年11月

幼稚園

日 （曜日）	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	ｴﾈﾙｷﾞｰとなる食品	体の調子を整える食品	ｴﾈﾙｷﾞｰ
1 （金）	ハンバーグ和風ソース	ひじきサラダ スイートコーン フライドポテト 牛蒡ソテー ハンバーグ和風ソース ゼリー	鶏挽肉 豚挽肉	ご飯　じゃが芋	胡瓜 コーン 牛蒡　ピーマン	313
4 （月）	自分 de 天津飯	白菜ナムル 三角春巻 自分 de 天津飯 ゼリー	卵　鶏肉	ご飯 春雨 胡麻油 じゃが芋	白菜　人参 キャベツ　ニラ	290
5 （火）	**★にこにこ給食★** イカ照焼き	茎わかめ和え物 高野豆腐薄口煮 餃子 小松菜中華炒め イカ照焼き フルーツ	高野豆腐 イカ	ご飯　春雨	小松菜　椎茸 玉葱　胡瓜	302
6 （水）	**クリスマスメニュー** フライドチキン	切干大根トマト煮 星型ポテト スナップエンドウ香り和え コーンソテー フライドチキン プチシュー	鶏肉	ご飯 じゃが芋	スナップエンドウ 切干大根 ピーマン	344
7 （木）	マカロニグラタン	キャベツドレッシング和え 白身フライ マカロニグラタン ウインナー フルーツ ロールパン	白身魚 ウインナー	パン　マカロニ	キャベツ　人参 玉葱　コーン	280
8 （金）	エビフライ	ほうれん草マヨネーズ和え 焼売 厚焼玉子 オニオンソテー エビフライ フルーツ	エビ　卵 鶏肉 豚肉	ご飯　胡麻油	ほうれん草 人参 コーン　玉葱	308
11 （月）	鶏天ぷら	麻婆茄子 ブロッコリーおかか和え半平煮付 青梗菜ソテー 鶏天ぷら フルーツ	鶏肉　粉カツオ 豚挽肉　半平	ご飯	茄子　ブロッコリー 青梗菜　コーン	284
12 （火）	ハンバーグ	カリフラワーカレー風味煮 枝豆 人参甘煮 星型コロッケ ハンバーグ 杏仁豆腐	鶏挽肉	ご飯 じゃが芋	カリフラワー 玉葱 ピーマン 枝豆	298
13 （水）	肉じゃが	牛蒡サラダ 磯辺フライ 肉じゃが 動物蒲鉾 フルーツ	イカ　豚肉 蒲鉾	ご飯 じゃが芋 胡麻	キャベツ　牛蒡 人参　玉葱	308
14 （木）	鰆香味パン粉焼き	大根ブイヨン煮 イカボール中華風煮 さつま芋甘露煮 いんげんソテー 鰆香味パン粉焼き フルーツ ツイストパン	鰆 イカ　すり身	パン　さつま芋	大根 椎茸 いんげん 人参	280
15 （金）	チリコンカン	蓮根サラダ ほくほくコロッケ チリコンカン ゼリー	豚挽肉	ご飯　じゃが芋	蓮根　貝割れ ビーンズミックス	357
18 （月）	味噌おでん	わかめ中華和え メンチカツ 味噌おでん フルーツ	合挽肉 竹輪 卵	ご飯　春雨 胡麻	胡瓜　玉葱	323
19 （火）	オムレツデミグラスソース	マカロニサラダ ハムステーキ フライドポテト ブロッコリー香り和え　オムレツデミグラスソース ゼリー	卵　ハム	ご飯 じゃが芋 マカロニ	コーン　貝割れ ブロッコリー	321
20 （水）	**★にこにこ給食★** イカ揚げ煮	ほうれん草胡麻和え 花がんも煮付 ウインナー ビーフン炒め物 イカ揚げ煮 フルーツ	がんも ウインナー イカ	ご飯　胡麻 ビーフン	ほうれん草 椎茸 ピーマン	306
21 （木）	肉団子クリームソース	もやしナムル コーンたっぷりフライ 肉団子クリームソース フルーツ	鶏挽肉	ご飯　胡麻 じゃが芋	小松菜 もやし MIXベジタブル	356
22 （金）	**★にこにこ給食★** チキングリル	ひじき和風ドレッシング和え 枝豆おかか和え 野菜炒め チキングリル フルーツ	鶏肉　粉カツオ	ご飯	枝豆　コーン ピーマン　人参	303
25 （月）	**★にこにこ給食★** ハンバーグケチャップ煮	カリフラワーマリネ　スマイリーポテト スナップエンドウ香り和え ペンネ炒め ハンバーグケチャップ煮 フルーツ	鶏挽肉	ご飯　じゃが芋 ペンネ	カリフラワー 貝割れ スナップエンドウ	324
26 （火）	**★にこにこ給食★** 焼きうどん	千草和え チキンナゲット 焼きうどん なると フルーツ	鶏肉　豚肉 なると 刻み揚げ	ご飯	キャベツ　ピーマン 小松菜　椎茸	298
27 （水）	**★にこにこ給食★** 鶏唐揚げ	ラタトゥイユ とうもろこしのつまみあげ 人参グラッセ 青梗菜お浸し 鶏唐揚げ ゼリー	鶏肉　半平	ご飯	青梗菜 茄子 玉葱　人参	325
28 （木）	**★にこにこ給食★** 鰆照り焼き	いんげんそぼろ煮 南瓜煮付 蒟蒻煮付 白菜ゆかり和え　鰆照り焼き フルーツ	鰆 鶏挽肉	ご飯	いんげん 南瓜 白菜　コーン	284
29 （金）	**★にこにこ給食★** 自分deそぼろ丼	切干大根カレー炒め ギョーザ 半平煮付 自分deそぼろ丼 フルーツ	鶏挽肉　半平 シーチキン	ご飯	切干大根 キャベツ ニラ　ピーマン	307

12/4(月)は自分de天津飯、12/29（金）は自分deそぼろ丼の為、ふりかけはおかけ致しません。

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。（ふりかけもおかけいたしません）