

令和6年度 12月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日 2	火曜日 3	水曜日 4	木曜日 5	金曜日 6	土曜日 7
<p>米40</p> <p>鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2</p> <p>千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2</p> <p>味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p>マーボー豆腐 豆腐50 豚ミンチ12 酒1 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 油</p> <p>春雨の中華サラダ 春雨7 きゅうり8 人参5 無添加ハム5 ごま2 砂糖0.8 ごま油2 酢1.2 醤油1.5</p> <p>わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p>さつま芋ご飯 米35 さつま芋25 もち米8 塩0.3 出し昆布 黒ごま1</p> <p>納豆和え ほうれん草30 もやし30 納豆8 砂糖0.8 醤油3</p> <p>とん汁 豚肉15 人参10 油揚げ5 ごぼう8 白菜10 こんにやく5 大根15 大根葉5 味噌7 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p>豆腐ハンバーグ 牛ミンチ20 豚ミンチ10 玉葱20 豆腐30 パン粉5 醤油2 ケチャップ3 油 塩0.3</p> <p>三色土佐和え 小松菜35 人参10 えのき10 花かつお1 砂糖0.8 塩0.1 醤油2</p> <p>味噌汁 麩1(小麦) 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>カレーライス 米40 牛肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 油3 塩0.2 醤油0.3 カレールー5</p> <p>かいじゅうサラダ かぼちゃ50 きゅうり10 コーンフレーク3 塩0.2 レーズン4 マヨドレ8</p> <p style="text-align: center;">りんご</p>	<p><持ち帰り給食></p> <p style="text-align: center;">鮭ずし&みかん</p>
<p>ヨーグルト</p> <p>おせんべい</p> <p style="text-align: center;">※みかん</p>	<p>じゃが芋のバター焼き じゃが芋 バター 塩</p> <p style="text-align: center;">フルーン</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※おせんべい</p>	<p>手作りクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 B.P</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※りんご</p>	<p>わらび餅 わらび粉 砂糖 黄粉</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※バナナ</p>	<p>チーズスティック 強力粉 粉チーズ 砂糖 塩 バター ドライイースト</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※フルーン</p>	
9	10 (誕生日会)	11	12	13 (幼児弁当日)	14
<p>米40</p> <p>鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4</p> <p>ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干</p> <p>味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>いなり&巻きずし 米45 油揚げ10 ごま1 高野豆腐4 干し椎茸1 人参6 塩0.5 酢5 砂糖5 きゅうり5 かんぴょう3</p> <p>鱈の照り焼き 鱈40 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4</p> <p>ブロッコリー和え ブロッコリー30 砂糖0.5 カリフラワー20 醤油1</p> <p>清汁 麩(小麦)1 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお</p> <p style="text-align: center;">みかん</p>	<p>カリカリバケット (小麦)</p> <p>クリームシチュー 豚肉20 じゃが芋40 玉葱30 塩0.5 ほうれん草4 牛乳90 油 人参20 バター3 米粉3</p> <p>キャロットサラダ 人参50 缶パン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2</p>	<p>米40</p> <p>鯖ボール おから10 鯖の水者缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1</p> <p>白菜のゆかり和え 小松菜15 人参5 白菜50 ゆかり0.5 砂糖0.8 醤油1.5</p> <p>味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>ひじきご飯 米40 乾ひじき0.8 人参6 ちりめんじゃこ2 油揚げ7 油0.5 醤油2 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布</p> <p>大根のそぼろ煮 大根40 鶏ミンチ10 人参20 三度豆3 砂糖1 醤油2 生姜 酒1 みりん1 片栗粉0.5</p> <p>味噌汁 さつま芋25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>やきそば 中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ピーマン5 ソース5 キャベツ20 青のり0.1 花かつお</p> <p>たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1.5 酢1.2 塩</p> <p>味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>
<p>焼き芋 さつま芋</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※みかん</p>	<p>ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 バター BP 牛乳</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※レーズン</p>	<p>手作り昆布のおにぎり 米 昆布 花かつお 醤油 みりん</p> <p style="text-align: center;">チーズ</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>	<p style="text-align: center;">りんご</p> <p>きらずあげ(市販) (小麦)</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※フルーン</p>	<p>ピザトースト 食パン(小麦・乳) 玉葱 無添加ベーコン ピーマン チーズ マヨドレ ケチャップ</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※バナナ</p>	<p>のりおにぎり 米 塩 のり</p> <p style="text-align: center;">チーズ</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>
16	17	18	19	20	21
<p>米40</p> <p>和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ20 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉2 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5</p> <p>シルバーサラダ キャベツ20 ツナ7 人参5 春雨5 マヨドレ5 きゅうり8 塩0.3 醤油1</p> <p>野菜スープ 玉葱15 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p>米40</p> <p>鶏ささみフライ 鶏ささみ45 卵5 小麦粉1 塩0.3 油8 牛乳3 パン粉6 ソース1 ケチャップ3</p> <p>ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 人参5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2</p> <p>味噌汁 大根15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>いそべもち・黄粉もち もち米70 黄粉2 砂糖2.5 のり0.5 しょうゆ3 小豆5</p> <p>雑煮 大根30 金時人参10 鶏肉15 ほうれん草10 出し昆布 花かつお 塩0.4 醤油2 煮干 みりん</p> <p>おにぎり (てんとうむし・あり組) 米40</p> <p style="text-align: center;">みかん</p>	<p>米40 大根葉1 みりん1 醤油1 花かつお1</p> <p>大根葉ご飯</p> <p>牛肉と根菜の含め煮 牛肉20 大根50 人参20 こんにやく15 ごぼう20 絹さや2 酒2 醤油3 砂糖1 みりん2 油0.3</p> <p>とろろ汁 とろろ芋15 ほうれん草10 卵15 醤油0.5 塩0.4 ちりめんじゃこ2 出し昆布 煮干</p>	<p>米40</p> <p>鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2</p> <p>千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2</p> <p>味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p>野菜炒め 豚肉25 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 キャベツ20 醤油2 酒1 砂糖1 ごま油1 赤味噌1</p> <p>味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>
<p>豆乳もち 豆乳 砂糖 黄粉 片栗粉</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※バナナ</p>	<p>さつま芋のコーンカップ さつま芋 砂糖 バター 牛乳 コーンカップ(小麦・大豆)</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※みかん</p>	<p>ヨーグルト (市販)</p> <p>カリカリトースト (小麦・乳)</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>	<p>厚揚げのお好み焼き風 厚揚げ 花かつお 青のり ソース</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※チーズ</p>	<p>おからドーナツ(市販) (小麦・卵・乳)</p> <p style="text-align: center;">フルーン</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※おせんべい</p>	<p>梅干しおにぎり 米 梅干 塩</p> <p style="text-align: center;">チーズ</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>

月曜日 23 ご飯	火曜日 24 (クリスマス会) パンミートグラタン	水曜日 25 ご飯	木曜日 26 ご飯	金曜日 27 年越しうどん	土曜日 28 きつね丼
米40 豚肉のしょうが炒め 豚肉35 玉葱45 生姜0.5 砂糖1 みりん2 醤油2 酒2 もやしの甘酢和え もやし40 人参5 きゅうり8 油揚げ6 ごま2 砂糖1.5 酢3 塩0.1 醤油1 砂糖1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	ロールパン(小麦・乳・卵) 牛ミンチ10 豚ミンチ5 玉葱10 人参5 トマト缶8 マッシュルーム5 トマト8 ケチャップ2 チーズ5 牛乳30 米粉3 バター3 クリスマスポテト じゃが芋50 冷コーン5 人参5 ブロッコリー15 クラッカー(小麦・乳) 塩0.1 マヨドレ8 クリスマスポトフ 無添加ベーコン10 塩0.3 大根15 人参10 玉葱15 キャベツ15 醤油0.3 ブイヨン みかん りんごゼリー りんごジュース 砂糖 りんご アガー きらずあげ (市販) (小麦) 牛乳 ※フルーン	米40 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.5 酒4 醤油2 みりん2 油 生姜 大根サラダ 大根50 きゅうり8 人参5 砂糖0.5 醤油1 ごま2 冷コーン8 マヨドレ6 味噌汁 さつま芋25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 鯖の味噌煮 鯖50 酒2 みりん2 味噌1 赤味噌2 生姜 砂糖2 白菜の土佐和え 白菜50 人参5 小松菜15 花かつお1 砂糖1 醤油2 味噌汁 麩1(小麦) 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	干しうどん(小麦)30 鶏肉15 干椎茸1 人参8 油揚げ5 青葱3 醤油2 塩0.3 煮干 出し昆布 うの花の炒り煮 おから13 人参5 干し椎茸1 青葱3 油揚げ5 こんにゃく10 酒0.5 砂糖1 醤油2 みりん1 りんご	米40 油揚げ15 青葱3 玉葱10 砂糖1 片栗粉1 鶏ミンチ15 のり0.5 酒1 醤油3 みりん2 ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参10 花かつお1 醤油2 みりん1 酒0.2 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布
ミルクパン (市販) (小麦・卵・乳) フルーン 牛乳 ※バナナ	クリスマスケーキ 小麦粉 卵 砂糖 苺 バター 桃缶 生クリーム 牛乳 ※みかん	みたらし団子 団子粉 みりん 砂糖 醤油 豆腐 片栗粉 牛乳 ※おせんべい	五平餅 米 もち米 味噌 はちみつ 炒り小魚 ※チーズ	鮭おにぎり 米 鮭フレーク チーズ ※牛乳	

30	31				
休 園 日	休 園 日				

朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。店頭でも、秋から冬の食材へと少しずつ変わりだしましたね。給食にもりんごやみかん・大根や白菜などを取り入れ、食材から冬を感じられるようにしたいと思います。

12月21日(土)は冬至です。冬至は1年でもっとも昼が短い日です。お風呂にゆずを浮かべた“ゆず湯”に入る風習があり、血行がよくなり身体を温める効果が期待できるので風邪をひかないと言われています。また、「ん」のつく、こんにゃく・だいこん・にんじんなどの食材を食べると「運」が呼び込めるとされそのなかでも、Bカロテンやビタミンが豊富なかぼちゃ(なんきん)を食べる風習があります。お家でもお風呂にゆずを浮かべたり、かぼちゃや「ん」のつく物を食べ、寒い冬を元気に過ごしましょう。



※印は乳児の朝のおやつです。
材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
(乳児は4/5(80%)になります。)
※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。