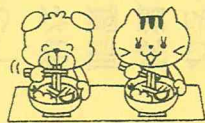
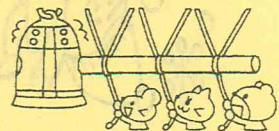


平成28年12月 献立予定表

※材料その他の都合により変更することもあります。

南風原はなぞの保育園

| 日 | 曜 | 幼児献立名 | 3時のおやつ | 食 品 材 料 名 |
|----|---|--|----------------------------|---|
| 1 | 木 | ご飯、みそ汁、フルーツ 煮しめ、キュウリ和え物、納豆 | かき揚げ、きゅうり、健康茶 | 鳥もも肉、大根、昆布、ゴボウ、納豆、チクワ、人参、豆腐、じゃがいも、コンニャク、納豆 |
| 2 | 金 | 温野菜サラダ、ミルク、ゆで卵、フルーツ スパゲティーミートソース、チーズ | フランスパン、小魚 キュウリ、飲むヨーグルト | 牛ひき肉、スパゲティー、タマネギ、人参、わかめレタス、トマト、キュウリ、卵 |
| 3 | 土 | 炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁 | | 豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり |
| 5 | 月 | ご飯、ゆし豆腐、フルーツ、納豆 ひじき甘辛煮、カボチャ含め煮 | いも天ぷら、小魚 トマト、麦茶 | 豚ひき肉、ひじき、人参、カマボコ、いんげん こんにゃく、ゆし豆腐、ねぎ、かぼちゃ、納豆 |
| 6 | 火 | ご飯、みそ汁、フルーツ、納豆 焼き肉、ポテト野菜サラダ | ホットケーキ、小魚 トマト、ミルク | 豚Bロース、ニンニク、しょうが、キュウリ、人参ジャガイモ、マカロニ、レタス、卵、リンゴ、納豆 |
| 7 | 水 | ご飯 味噌汁、納豆、フルーツ サンマフライ 温野菜サラダ | くずもち、小魚、キュウリ ミルク | サンマ開き、もやし、人参、きゅうり、卵 小麦粉、玉ねぎ、トマト、わかめ、大根、納豆 |
| 8 | 木 | ご飯、ソーメン汁、フルーツ、納豆 レバー竜田揚げ、豆腐ちゃんぷるー | 胚芽ロールパン、小魚 きゅうり、飲むヨーグルト | レバー、ニラ、人参、豆腐、もやし シーチキン、かまぼこ、ねぎ、ソーメン、納豆 |
| 9 | 金 | ミルク、フルーツ ハヤシライス、キュウリ塩もみ | ポテトフライ ミルク トマト、小魚 | 牛肉、人参、たまねぎ、ハヤシルー、福神漬け グリーンピース、脱脂粉乳 |
| 10 | 土 | 沖縄そば、リンゴ | | ゆでそば、三枚肉、ネギ、出し骨、リンゴ |
| 12 | 月 | ご飯、納豆、きゅうりの和え物 豚汁、キビナゴ唐揚げ、フルーツ | 大学いも、小魚、キュウリ お茶 | 豚肉、ジャガイモ、人参、蒲鉾、大根、キビナゴ、小麦粉 豆腐、コンニャク、ごぼう、きゅうり、シーチキン、大豆 |
| 13 | 火 | ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ トンカツ、ポテト野菜サラダ | ぜんざい、小魚、 トマト | 豚ひれ肉、卵、キュウリ、人参、レタス、リンゴ ジャガイモ、マカロニ、パン粉、納豆 |
| 14 | 水 | お弁当会 | ポーポー、小魚、 キュウリ、ミルク | |
| 15 | 木 | 野菜入玉子焼き きゅうりの和え物 チキンスープ フルーツ | バターパン、小魚 トマト、飲むヨーグルト | 卵、人参、長ネギ、ねぎ、鶏首骨、玉ねぎ マッシュルーム、コーン、パセリ |
| 16 | 金 | ご飯、フーちゃんぷるー、わかめ味噌汁 キビナゴ、フルーツ、納豆 | スティック菓子、小魚、 ミルク、きゅうり | キビナゴ、わかめ、うっちゃんみそ、もやし、ニンジン、麩 納豆 |
| 17 | 土 | 炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁 | | 豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり |
| 19 | 月 | ご飯 ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮 クービイリチー 納豆 フルーツ | 蒸しいも、きゅうり、 ミルク 小魚 | 三枚肉、切り昆布、千切り大根、こんにゃく、 納豆、かぼちゃ、蒲鉾、豆腐、ねぎ、 |
| 20 | 火 | ご飯、みそ汁、フルーツ、納豆 グルクンフライ、温野菜サラダ | 煮豆、小魚、トマト 固形ヨーグルト | グルクン、小麦粉、卵、パン粉、人参、タマネギ、もやし、 トマト、ワカメ、きゅうり、 |
| 21 | 水 | 親子丼、アーサ汁、フルーツ、 ワカメとしらすの酢の物 | レーズンパン トマト 飲むヨーグルト 小魚 | 鳥もも、白カマボコ、椎茸、玉葱、人参、卵、 ワカメ、グリーンピース、しらす、きゅうり、アーサ、豆腐 |
| 22 | 木 | ご飯、みそ汁、納豆。フルーツ チキンフライ、ポテト野菜サラダ | クリスマスケーキ、小魚 ミルク、トマト | 手羽元、卵、じゃがいも、人参、リンゴ、マカロニ キュウリ、豆腐、レタス、小麦粉、マヨネーズ、納豆 |
| 23 | 金 | 天皇誕生日 | | |
| 24 | 土 | ミルク、フルーツ カレーライス、キュウリ塩もみ | | 豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、 |
| 26 | 月 | ご飯、フルーツ、キュウリの和え物 ホワイトシチュー、靴打唐揚げ、納豆 | バターロールパン 小魚 飲むヨーグルト、トマト | 豚肉、ジャガイモ、人参、タマネギ、キュウリ、シチュー、脱 脂乳、グリーンピース、きびなご、大豆、白菜、ほうれん草 |
| 27 | 火 | 赤飯、キュウリ和え物、きんぴらゴボウ イナムルチ、揚げ豆腐、フルーツ | 蒸しパン、小魚、きゅうり ミルク | 豚ぐーやー肉、白カマボコ、タケノコ、椎茸、人参、小豆 コンニャク、千切りゴボウ、キュウリ、豆腐、シーチキン |
| 28 | 水 | ミルク、フルーツ カレーライス、キュウリ塩もみ | タンナファクルー 小魚 固形ヨーグルト トマト | 豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、 |
| 29 | 木 |  年末年始休み12月29日～1月3日まで  | | |
| 30 | 金 | | | |
| 31 | 土 | | | |