



# 12月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2020年



日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	火	中華飯 餃子 もずくスープ パイン缶	豚肉/餃子	米・ごま油・片栗粉/油	白菜・もやし・玉葱・人参・木耳 もずく・ねぎ/パイン缶	醤油・中華味・だし
2	水	鶏ときのこの混ぜご飯 温奴 スパサラダ 青菜と油揚げのみそ汁 オレンジ	鶏肉/木綿豆腐・花かつお ツナ缶/油揚げ・みそ	米/スパゲティ	人参・インゲン・まいたけ・しめじ ねぎ/胡瓜・玉葱・コーン 赤パプリカ/青菜/オレンジ	だし・醤油・みりん 手作りドレッシング
3	木	五目けんちんうどん 焼き芋 キャベツと人参の胡麻和え 黄桃缶	うどん・豆プラス・里芋・厚揚げ・大根・ごぼう・人参・糸蒟蒻・ねぎ・だし・醤油・みりん・ごま油	さつま芋/キャベツ・人参・醤油・いりごま 黄桃缶		
4	金	さつま芋ごはん サバの味噌煮 白菜のおかか和え 豆腐とニラのお吸い物 リンゴ	鯖・みそ/花かつお 木綿豆腐	米・さつま芋・黒ごま/砂糖	しょうが/白菜・赤パプリカ 黄パプリカ/にら/りんご	塩・みりん・醤油・だし
8	火	チキンカツ 蓮根金平 ごはん 大根とわかめのみそ汁 みかん	チキンカツ/わかめ・みそ	油/白ごま・ごま油・砂糖 米	蓮根・糸蒟蒻・ピーマン・人参 大根/みかん	醤油・みりん・だし
9	水	発芽玄米入りごまとひじきのご飯 白身魚の付け焼き 里芋の白煮 白菜と油揚げのみそ汁 リンゴ	米・発芽玄米・ひじき・いりごま・油・みりん・砂糖・醤油・だし タラ・醤油・みりん・油/六角里芋・醤油・砂糖・だし・みりん 白菜・油揚げ・みそ・だし/りんご			
10	木	バターロールパン 鮭と法蓮草のクリームシチュー コールスロー プチゼリー	鮭・牛乳/プチゼリー	ロールパン/じゃが芋・油 シチュールー	人参・玉葱・ほうれん草 キャベツ・胡瓜・コーン	手作りドレッシング
11	金	カレーライス(麦ごはん) 冬野菜のツナマヨソースかけ 食べる小魚(ごま含む)	豚肉/ツナ缶/食べる小魚	米・麦・油・じゃが芋 カレールー/マヨネーズ	玉葱・人参/ブロッコリー カリフラワー	
14	月	煮込みハンバーグ 青菜とコーンのソテー ごはん 切干大根と若布のみそ汁 ホイップonストロベリーゼリー	ハンバーグ/わかめ・みそ ホイップクリーム いちごゼリー	油/米	玉葱・マッシュルーム トマト水煮/青菜・コーン 切干大根	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・だし
15	火	お野菜たっぷり五目ラーメン 車麩の角煮風 蓮根チップス オレンジ	ラーメン・豆プラス・もやし・白菜・玉葱・人参・椎茸・木耳・醤油ラーメンスープの素 車麩・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・だし 蓮根・塩・油/オレンジ			
16	水	油淋鶏 春雨の中華風サラダ ごはん 若布スープ キャンディチーズ	鶏肉/わかめ キャンディチーズ	小麦粉・油/春雨・いりごま ごま油・砂糖/米	ねぎ・しょうが/キャベツ・胡瓜 人参・木耳/貝割れ	醤油・みりん・酢・中華味
17	木	黒糖ロール ヒレカツ 具沢山のマカロニサラダ 牛乳 みかんケーキ	ヒレカツ/ツナ缶/牛乳	黒糖ロール/油/マカロニ マヨネーズ ケーキミックス	胡瓜・コーン・キャベツ・玉葱 赤パプリカ/みかん缶	
18	金	ローストチキン ポイルドブロッコリー カットコーン ごはん 白菜とえのきのみそ汁 パイン缶	鶏肉/みそ	油/米	ブロッコリー/カットコーン/白菜 えのき/パイン缶	塩・こしょう・だし
21	月	ソースカツ丼 切干大根の炒め煮 里芋と若布のみそ汁 食べる小魚(ごま含む)	ヒレカツ/わかめ・みそ 食べる小魚	米・油/砂糖/里芋	キャベツ/切干大根・人参 インゲン	みりん・醤油・ソース・だし
22	火	さごしと野菜の蒸し焼き さつま芋の甘煮 ごはん 麩ともやしのみそ汁 オレンジ	さごし/みそ	ごま油/さつま芋・砂糖/米 麩	玉葱・人参・椎茸・ピーマン もやし/オレンジ	塩・こしょう・だし
23	水	牛ひつまぶし 冬至かぼちゃの甘煮 花麩と若布のお吸い物 リンゴ	牛肉・焼きのり/わかめ	米・油・いりごま・砂糖 花麩	ミニネギ/南瓜・グリーンピース りんご	醤油・みりん・だし
24	木	ミンチカツ インゲンのソテー ごはん ABCマカロニ入り具沢山スープ キャンディチーズ	メンチカツ/鶏肉 キャンディチーズ	油/米/マカロニ	インゲン/キャベツ・玉葱・人参 椎茸・コーン	ケチャップ・塩・こしょう コンソメ
25	金	ハヤシライス チキンナゲット コールスロー みかん	豚肉/チキンナゲット	米・油・じゃが芋 ハヤシルウ	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/みかん	手作りドレッシング
28	月	年越しうどん みそおでん(大根・里芋・ちくわ) プチゼリー	油揚げ・わかめ/ちくわ 赤みそ/プチゼリー	うどん/里芋・砂糖	ほうれん草・ねぎ/大根	だし・醤油・みりん



材料等の都合により献立を変更することがございます。