

令和5年 12月		給食だより		学校法人 岡田学園 認定こども園 白梅幼稚園 栄養士 川瀬
日	曜	献立名	食 材	おやつ
1	金	ごはん ビーフンサラダ 大豆とひじきの炒り煮 きゃべつのみそ汁	ビーフン5 胡瓜20 人参10 ハム3 ホールコーン5 酢3 砂糖2 薄口醤油2 ごま油0.3 豚肉20 大豆10 ひじき3 人参5 角天10 油揚げ2 こんにゃく15 切り干し大根3 醤油2 砂糖1 酒1 キャベツ20 人参10 小葱1 味噌8 いりこ2	ひよこ組 月齢による フリン
2	土	発表会		
4	月	ごはん ミモザサラダ 五目煮 豆腐の味噌汁	ハム5 ほうれん草25 ブロッコリー25 卵10 塩こしょう マヨネーズ4 鶏肉20ゆで大豆10蓮根30ごぼう10人参5里芋40こんにゃく10 いんげん7 角天10 しいたけ5砂糖3醤油3酒2 豆腐15 人参10 えのき10 わかめ0.5 小ねぎ2 味噌8 いりこ	ひよこ組 月齢による イチゴホイップパン ロールパン1個 ホイップ5 イチゴソース4
5	火	子ぎつねごはん 磯辺揚げ 10品目サラダ かきたま汁	鶏ミンチ10 油揚げ5 人参5 インゲン5 いりごま1 濃口醤油3 みりん2 竹輪1本 カレー粉 青海苔 胡瓜10 きゃべつ10 人参5 ひよこ豆5 コーン5 さつま芋15 れんこん5 いんげん5 枝豆10 しめじ10 ドレッシング5 卵10 人参5 玉ねぎ5 ほうれん草10 かつお節	ひよこ組 月齢による ブルーベリーチーズケーキ ミックス粉15 クリームチーズ6 ブルーベリージャム6 砂糖5 卵5 バター3 牛乳7
6	水	ご飯 バラエティーサラダ 肉じゃが チンゲン菜の味噌汁	ブロッコリー30 きゅうり20 かまぼこ5 人参5 ごま1 ホールコーン5 マヨネーズ5 豚肉20 じゃが芋50 玉ねぎ30 人参10 糸こんにゃく10 インゲン5 厚揚げ10 カレー粉0.5 砂糖2 みりん2 濃口しょうゆ5 酒2 チンゲン菜30 人参5 しめじ5 えのきだけ5 長ネギ1 いりこ2 味噌8	ひよこ組 月齢による 塩昆布と小松菜のおにぎり 塩昆布15 小松菜10 卵10 ごま油1
7	木	ごはん 胡麻和え さばの竜田揚げ 豆腐の味噌汁	キャベツ5 もやし10 いんげん8 人参3 ごま1 醤油2 砂糖1.5 さば50 生姜1 にんにく0.5 醤油1 みりん1 片栗粉6 豆腐20 わかめ0.1油揚げ1 小ねぎ2 いりこ2 味噌10	ひよこ組 月齢による マシュマロバー マシュマロ10 バター8グラノーラ8コーンフレーク10
8	金	【以上児 おにぎりの日】 フレンチサラダ 焼うどん 小松菜のスープ	キャベツ25 人参5 コーン5 胡瓜15 フレンチドレッシング5 うどん麺40 きゃべつ15 竹輪5 豚肉20 もやし10鯉節1 青のり1 焼きそばソース6 小松菜15 しめじ8 えのき8 人参10 小葱1 醤油 コンソメ	ひよこ組 月齢による きん粉蒸しパン 米粉16 きんこ2 ベーキングパウダー1 きび砂糖3 牛乳26
9	土	焼肉丼 野菜炒め 味噌汁	こめ50 牛肉40 玉ねぎ20 生姜 醤油4.5 みりん4.5 もやし15 きゃべつ15 にんじん5 玉ねぎ10 ピーマン4 ごま油1 鶏がらスープの素 もやし5 人参2しめじ3 小葱1 いりこ3 味噌8	ひよこ組 月齢による ツイスト
11	月	ごはん キャベツとハムのごまサラダ 肉団子のもち米蒸し 中華スープ	キャベツ30 ハム6 いりごま3 マヨ5 薄口醤油2 1人2個)豚ひき肉40玉ねぎ10片栗粉2もち米(20個で1カップ)カレー粉 もやし10 玉ねぎ20 人参10 白菜15 コンソメ	ひよこ組 月齢による 高菜おにぎり 米30 高菜漬物10 卵17 ちりめんじゃこ2 ごま2醤油 ごま油1 砂糖2
12	火	ごはん えのきと小松菜の和え物 魚のフライタルタルソース わかめ汁	えのき8 小松菜20 30 きゅうり20 人参7 酢5 砂糖3 胡麻油1 白身魚50 塩コショウ 小麦粉5 卵5 パン粉7 卵5 玉ねぎ3 マヨネーズ8 わかめ0.5 人参5 白菜1 0 えのき10 しめじ10 コンソメ1 醤油1 みりん1	ひよこ組 月齢による パインのボンファム 食パン1/2 パイン缶15グラニュー糖2 バター5 シナモン
13	水	ごはん ふりかけ れんこんのゴママヨネーズ和え おでん風煮	ふりかけ れんこん20 きゅうり10 きゃべつ15 ツナ8 マヨ5 胡麻1 鶏肉25 だし昆布0.5 里芋25 大根20 人参10 こんにゃく10 うずら卵1個 厚揚げ20 醤油4 みりん2	ひよこ組 月齢による チョコホイップパン ロールパン チョコシロップ5 ホイップ5
14	木	お楽しみ誕生会 千キンライス タンドリーチキン ポテトフライ かみかみサラダ 卵スープ	鶏肉15 玉ねぎ20 人参5 コーン5 枝豆3 コンソメ4 ケチャップ6 鶏肉50 にんにく1 ケチャップ5 オリーブ油5 プレーンヨーグルト8 カレー粉3塩こしょう1 ポテトフライ15 油2 チーズ20 さきいか3 胡瓜5 ミックスピーンズ15 人参5 カットわかめ0.2 人参20 玉ねぎ30 チンゲン菜1 0 卵10 コーン5缶5 コンソメ5	ひよこ組 月齢による ケーキ サンタのイチゴケーキ
15	金	ごはん 小籠包 春雨サラダ わかめスープ	小籠包1個 春雨4 きゅうり20 人参4 卵12 ハム7 マヨネーズ5 醤油2 わかめ1 チンゲン菜10 玉ねぎ10 人参2 鶏がらスープ ごま1	ひよこ組 月齢による さつまいものあんこかけ さつま芋80 粒あん
16	土	すき焼き丼 ブロッコリーサラダ 味噌汁	牛肉30 ねぎ8 しらたき10焼き豆腐15 白菜30 砂糖2.5 醤油3.5 みりん3.5 ブロッコリー30 人参3 ドレッシング3 豆腐50 油揚げ1 小葱1 味噌8	ひよこ組 月齢による メロンパン メロンパン
18	月	ごはん ポテトサラダ キーマカレー ざく切り野菜のスープ	じゃがいも30 胡瓜20 人参5 マヨネーズ8 チーズ3 ひき肉50 玉ねぎ10 人参10 ピーマン10 トマトピューレ カレールー しょうが にんにく ウスターソース 濃口醤油 砂糖 ブロッコリー8 きゃべつ10 玉ねぎ10 しめじ10 きくらげ1 コンソメ4	ひよこ組 月齢による ゴマチーズおにぎり 米30 ゴマ1 チーズ5 塩
19	火	もちつき わかめごはん みかん マカロニサラダ 豚汁	炊き込みわかめ1 みかん マカロニ8 人参5 きゅうり15 ハム10 卵5 マヨネーズ6 豚肉10里芋10 さつま芋1 0ごぼう5人参3こんにゃく5大根10ねぎ3あげ3味噌10	ひよこ組 月齢による 豆乳バナナケーキ ミックス粉50 卵8 豆乳12 バナナ50 砂糖2
20	水	ごはん ほうれん草ともやしの和え物 うま煮 きゃべつの味噌汁	ほうれん草20 もやし20 人参10 醤油 ごま 鶏肉15 じゃが芋50 厚揚げ20 玉ねぎ40 人参5 糸こん10 角天10 枝豆5 油1 砂糖3 醤油3 人参15 えのき10 きゃべつ20 味噌8	ひよこ組 月齢による ウインナーパン ロールパン1個 ウインナー1本 ケチャップ3 ソース2
21	木	ごはん シャキシャキコールスローサラダ ししゃもフライ 汁ビーフン	シーチキン10 きゃべつ110 れんこん15 人参5 コールスロードレッシング10 ししゃもフライ3匹 油2 豚肉10玉ねぎ15人参5椎茸1かまぼこ2.5白菜1小葱1ビーフン6白湯0.5薄口4みりん1	ひよこ組 月齢による ブルーベリーホイップパン ロールパン1個 ブルーベリージャム5 ホイップ5
22	金	ナン グリーンサラダ バター千キンカレー トマトスープ	ナン レタス10 胡瓜10 人参5 ゆで卵40 鳥肉30 玉ねぎ25 人参12 ヨーグルト50 カレー粉 ニンニク しょうが トマト缶6 バター5 生クリーム4 醤油 ミックスピーンズ30 トマト缶10 トマト10 鶏がらスープの素	ひよこ組 月齢による ちらしおにぎり こめ30 にんじん10 えだまめ5 酢5 砂糖5 塩
23	土	1号こども冬季休業日 1/8迄 わかめごはん ウインナーソーテー もやし味噌汁	混ぜ込みわかめ0.1 ウインナー30 きゃべつ40 玉葱1 0 人参5 コンソメ1 もやし5 人参10 油揚げ1 小葱1 味噌8	ひよこ組 月齢による 薄皮クリームパン
25	月	キラキラサラダ スパゲティナポリタン なすのスープ	寒天1 ロースハム10 胡瓜10 人参5 きゃべつ15 コーン5 酢3 薄口醤油2.5 砂糖0.75 塩0.1 スパゲ30ウインナー10玉ねぎ20人参8ピーマン5ケチャップ15酒2砂糖1.5濃口1ソース1 なす15 人参5 玉ねぎ10 長ネギ2コンソメ3	ひよこ組 月齢による ポリポリひじき ひじき1.2 小麦粉10 バター3.4 砂糖2.3 塩0.1 ごま1.6
26	火	ご飯 コールスローサラダ 野菜コロッケ オーロラソース ほうれん草の味噌汁	きゃべつ20 人参3 コーン3 ドレッシング8 野菜コロッケ ケチャップ3 マヨネーズ3 ほうれん草30 人参5 えのきだけ5 長ネギ1 いりこ2 味噌8	ひよこ組 月齢による ポッスコーン コーン10 しお
27	水	ごはん カリフラワーサラダ 野菜ふりかけ 蓮根のはさみ揚げ きのこのスープ	カリフラワー30 ブロッコリー30 野菜たっぷりドレッシング8 野菜ふりかけ 蓮根のはさみ揚げ2個 しめじ10 えのき7 ほうれん草10 人参5 中華味1 酒2 塩少々	ひよこ組 月齢による そうめん汁 そうめん かつお節 醤油 みりん
28	木	ごはんフレンチサラダ ハヤシライス 韓国風わかめスープ	きゃべつ20 人参3 コーン3 ドレッシング8 豚肉15 じゃがいも50 玉ねぎ20 人参10 グリンピース2 ハヤシルー6 カットわかめ1 もやし10 にんにく1 長ネギ2 がらスープ4 ごま油1	ひよこ組 月齢による たこ焼き たこ焼き4個 ソース マヨネーズ

※午後未満児のおやつ、ひよこ組については月齢により、ハイハイ・マンナボーロ・マンナビスケット・マンナウエハースのいずれかになります。

※カミカミメニュー かみごたえのある、歯にいい食べ物を使った献立。